



TECHNIQUE DE LA MAIN GAUCHE

INTRODUCTION

La technique de la main gauche est absolument essentielle, non seulement pour les pièces actuelles, mais parce qu'elle prépare le violoniste à de futures techniques. Prenez de bonnes habitudes et évitez de devoir réapprendre du début dans quelques années !

TENUE DE LA MAIN GAUCHE

- Main gauche au fond près du sillet
- Pouce à gauche du manche, les autres doigts à droite
- Pouce en crochet, ne dépasse pas la touche
- Plis sous l'index (première phalange) aligné avec la touche
- Espace d'un doigt sous le manche
- Main reste droite en tout temps, très important !
- Dos de la main toujours à 90 degrés avec le manche idéalement
- Le côté droit de votre main gauche et l'avant-bras doivent former une ligne droite
- Coude sous l'instrument, jamais sorti vers l'extérieur
- Main droite et bien détendue, paume ouverte
- La main ne retient pas l'instrument, il devrait tenir seul !





TECHNIQUE DE LA MAIN GAUCHE (SUITE)

POSER LES DOIGTS

- On garde les ongles courts
- On tourne la main légèrement vers le manche
- Doigts se posent du haut, bien carrés, à 90 degrés avec la touche
- On joue sur les collants sans les dépasser (premier groupement)
- On place les doigts dans l'ordre
- Toujours placer les doigts précédents celui qu'on veut jouer
- On garde les doigts sur la touche jusqu'à ce qu'on n'ait pas le choix de les enlever
- On colle bien le deuxième et le troisième doigt



TRUCS ET ASTUCES

- Pour les notes difficiles à atteindre, basculer le coude, sous le violon
- On fait un court arrêt entre les notes et on prépare la suivante AVANT de jouer
- Sur la corde de Mi, on garde la main droite et on retrousse les doigts
- Si on plaque plusieurs doigts en même temps, on s'assure de leur justesse
- On peut garder les doigts au-dessus de la corde, mais le dos de la main reste droit

