

## TABLE DES MATIÈRES

<b>Préface</b> .....	i
<b>Présentation de l'ouvrage</b> .....	iii
<b>Remerciements</b> .....	iv
<b>Première partie : ENTRAÎNEMENT ET PRESTATION</b>	
<b>Chapitre 1</b>	
Pour un travail efficace à la guitare .....	1
<b>Chapitre 2</b>	
Jouer en public : surmonter le trac .....	27
Bibliographie.....	33
<b>Deuxième partie : ASPECTS PHYSIQUES DU TRAVAIL À LA GUITARE</b>	
<b>Chapitre 3</b>	
Des répétitions efficaces et sans blessures .....	37
<b>Chapitre 4</b>	
Routines d'exercices d'échauffement et de détente .....	69
Bibliographie.....	79
<b>Troisième partie : LES ONGLES DES GUITARISTES</b>	
<b>Chapitre 5</b>	
Production du son à la guitare et qualité des ongles .....	81
<b>Chapitre 6</b>	
L'entretien des ongles .....	101
Bibliographie.....	122
<b>Quatrième partie : LA TECHNIQUE À LA GUITARE</b>	
<b>Chapitre 7</b>	
Le travail de la main droite, de la main gauche et des deux mains réunies.....	123
<b>Cinquième partie : BREF HISTORIQUE DE LA GUITARE</b>	
<b>Chapitre 8</b>	
Quelques repères dans l'évolution de la guitare .....	151
Bibliographie.....	197
<b>Appendice 1</b> .....	201
<b>Appendice 2</b> .....	205
<b>Corrigés</b> .....	217
<b>Crédits des illustrations</b> .....	227

