

SPIS TREŚCI / CONTENTS

WSTĘP / INTRODUCTION	3
O TECHNICIE / ABOUT THE TECHNIQUE	5
SZCZEGÓŁY TECHNICZNE / TECHNICAL DETAILS	6
1 – ĆWICZENIA PODSTAWOWE / ELEMENTARY EXERCISES	7
2 – ĆWICZENIA ŚREDNIO ZA AWANSOWANE / INTERMEDIATE EXERCISES	17
3 – ĆWICZENIA ZA AWANSOWANE / ADVANCED EXERCISES	27
4 – PRZYKŁADY ŁĄCZENIA ĆWICZEŃ / THE EXAMPLES OF COMBINING EXERCISES	40
5 – INNE SPOSOBY RYTMICZNEGO BASOWANIA / OTHER WAYS OF RHYTHMIC BASS PLAYING	46
6 – PODSUMOWANIE WARSZTATÓW / RECAPITULATION OF WORKSHOPS	50