

**TABELA DE MANUTENÇÃO - ESTUDO DE GUITARRA (2hs)**

| TEMPO | 5            | 15          | 15                      | 20                      | 20                         | 15                       | 15                | 15                         |
|-------|--------------|-------------|-------------------------|-------------------------|----------------------------|--------------------------|-------------------|----------------------------|
| DIA   | ALONGAMENTOS | AQUECIMENTO | COORDENAÇÃO MOTORA      | ESCALAS (7 shapes)      | CAMPO HARMÔNICO (7 shapes) | ARPEGGIOS (shapes A,C E) | PENTAS (5 shapes) | LIGADOS (3 notas p/ corda) |
| DOM   | ALONGAMENTOS | 1243        | 1234 (24 combinações)   | MAIOR                   | MAIOR                      | MAIOR                    | M                 | MAIOR                      |
| SEG   | ALONGAMENTOS | 1234        | 1234 (em "x")           | MENOR                   | MENOR                      | MENOR                    | m                 | MENOR                      |
| TER   | ALONGAMENTOS | 1234        | 1234 (Petrucci)         | MENOR HARMÔNICA         | MENOR HARMÔNICO            | HARMÔNICA                | M7                | HARMÔNICO                  |
| QUA   | ALONGAMENTOS | 1234        | 1234 (c/ saltos)        | MENOR MELÓDICA          | MENOR MELÓDICO             | MELÓDICA                 | m6                | MELÓDICO                   |
| QUI   | ALONGAMENTOS | 1234        | ABERTURAS               | MENOR MAIOR             | MAIOR                      | MAIOR                    | m7(b5)            | MAIOR                      |
| SEX   | ALONGAMENTOS | 1234        | PSICOMOTOR              | MENOR MENOR             | MENOR                      | MENOR                    | M+m               | MENOR                      |
| SÁB   | ALONGAMENTOS | 1234        | FLIGHT OF THE BUMBLEBEE | M. HARMÔNICA e MELÓDICA | M. HARMÔNICO e MELÓDICO    | HARMÔNICA e MELÓDICA     | M7+m6             | HARMÔNICO e MELÓDICO       |