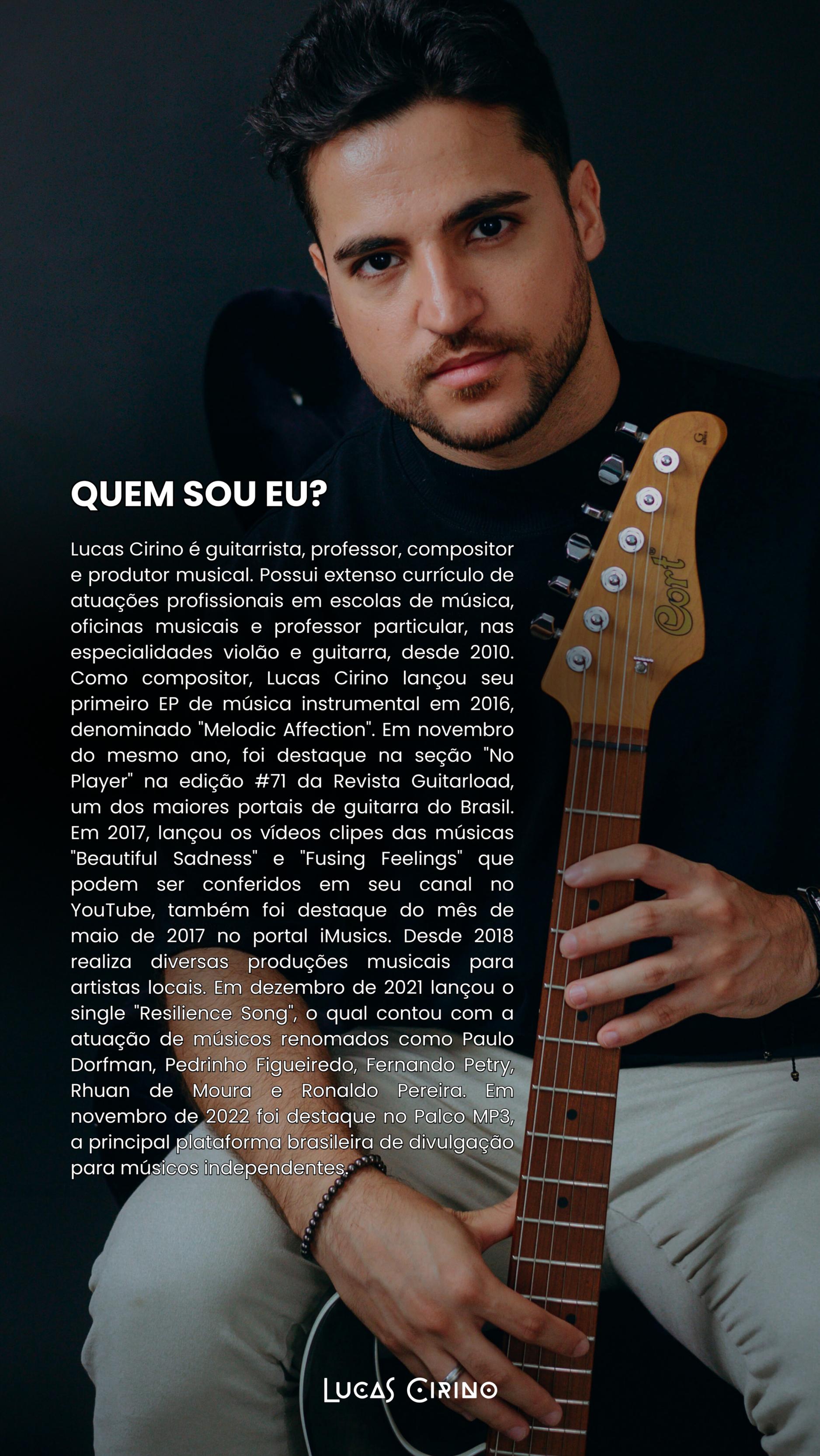


A close-up, high-angle photograph of a man with dark hair and a beard, wearing gold-rimmed sunglasses and a black turtleneck. He is focused on playing a silver electric guitar. His left hand is on the fretboard, and his right hand is near the pickups. The background is dark, making the guitar and the man's features stand out.

**GUIA BÁSICO PARA UMA
TÉCNICA APURADA**

LC

LUCAS CIRINO



QUEM SOU EU?

Lucas Cirino é guitarrista, professor, compositor e produtor musical. Possui extenso currículo de atuações profissionais em escolas de música, oficinas musicais e professor particular, nas especialidades violão e guitarra, desde 2010. Como compositor, Lucas Cirino lançou seu primeiro EP de música instrumental em 2016, denominado "Melodic Affection". Em novembro do mesmo ano, foi destaque na seção "No Player" na edição #71 da Revista Guitarload, um dos maiores portais de guitarra do Brasil. Em 2017, lançou os vídeos clipes das músicas "Beautiful Sadness" e "Fusing Feelings" que podem ser conferidos em seu canal no YouTube, também foi destaque do mês de maio de 2017 no portal iMusics. Desde 2018 realiza diversas produções musicais para artistas locais. Em dezembro de 2021 lançou o single "Resilience Song", o qual contou com a atuação de músicos renomados como Paulo Dorfman, Pedrinho Figueiredo, Fernando Petry, Rhuan de Moura e Ronaldo Pereira. Em novembro de 2022 foi destaque no Palco MP3, a principal plataforma brasileira de divulgação para músicos independentes.

LUCAS CIRINO

INTRODUÇÃO

Bem-vindo ao "**Guia Básico para uma Técnica Apurada**". Este guia foi cuidadosamente elaborado para guitarristas apaixonados que desejam destravar sua técnica para atingirem a maestria no instrumento. Se você está ansioso para aprimorar sua técnica e impressionar com sua agilidade e destreza, você está no lugar certo.

Neste guia, você encontrará um cronograma de estudos semanal detalhado, contendo quatro treinos com os principais exercícios para desenvolver sua técnica na guitarra. Independentemente de ser um iniciante que deseja construir uma base sólida ou um guitarrista experiente que busca aperfeiçoamento, este guia é o seu caminho para o sucesso.

Não adianta você dominar toda a teoria da música se os seus dedos não conseguirem aplicar esse conhecimento no braço da guitarra. Sabe aquele trecho de um solo que você tem muita dificuldade de tocar? Ou então uma sequência de acordes que parecem impossíveis? Através do estudo de técnica você se tornará apto a executar qualquer tipo de fraseado, acorde ou escala de qualquer música. Com cronograma, dedicação e disciplina o sucesso é inevitável. Um músico com técnica apurada é como um esportista bem treinado, ele vence o jogo.

Prepare-se para mergulhar em um mundo de dedicação e descoberta do seu potencial máximo na guitarra. Ao seguir este guia, você estará trilhando o caminho para uma técnica apurada que impressionará a si mesmo e a todos ao seu redor. Vamos começar a jornada rumo à excelência na guitarra!

5 PONTOS IMPORTANTES:

1 DISCIPLINA:

Você precisa praticar guitarra TODOS os dias para ter progresso.

2 TEMPO:

Realize os treinos mantendo uma duração mínima de 20 minutos.

3 FOCO:

Mais vale 20 minutos treinando com foco do que 5h horas sem foco.

4 ADAPTAÇÃO:

Adapte esse conteúdo a sua rotina de acordo com seus objetivos.

5 METRÔNOMO:

Utilize o metrônomo para medir seu progresso.

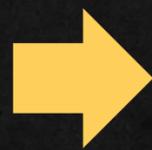
CRONOGRAMA DE ESTUDOS

TREINO A	TREINO B	TREINO C	TREINO D
1 NOTA POR CORDA	2 NOTAS POR CORDA	3 NOTAS POR CORDA	4 NOTAS POR CORDA
"Xzão"	Pentatônica Vertical	Escalas Vertical"	Cromat. Vertical
20 min.	20 min.	20 min.	20 min.

*cronograma montado para treinos diários de no mínimo 20 minutos.



Utilize um metrônomo para medir os BPM's.



Treine todos os dias, com dedicação e disciplina, e você verá o resultado.



Quanto mais tempo treinar por dia, mais rápido os resultados virão (mínimo 20 minutos).

**GUIA BÁSICO PARA UMA
TÉCNICA APURADA**

TREINO A

PRINCIPAIS
EXERCÍCIOS DE
1 NOTA POR CORDA

LUCAS CIRINO

CROMATISMOS

1 NOTA POR CORDA

"Xzão"

E-GT

mf

T
A
B

=80

**GUIA BÁSICO PARA UMA
TÉCNICA APURADA**

TREINO B

PRINCIPAIS
EXERCÍCIOS DE
2 NOTAS POR CORDA

LUCAS CIRINO

PENTATÔNICAS

2 NOTAS POR CORDA

5 SHAPES

SHAPE 1

E-Gtr
mf

T
A
B

3 5 3 5 2 5 3 5 2 5 2 5 2 5 3 5 2 5 3 5 3 5

SHAPE 2

8 5 8 5 7 5 8 5 7 5 7 5 7 5 7 5 7 5 7 5 8 5

SHAPE 3

8 10 7 10 7 10 7 10 7 9 7 10 7 9 8 10 7 9 8 10 8 10

SHAPE 4

12 10 13 10 12 9 13 10 12 9 12 10 12 9 12 10 12 10 12 10 12 10

SHAPE 5

12 15 12 15 12 14 12 15 12 14 12 14 12 14 13 15 12 14 13 15 12 15

**GUIA BÁSICO PARA UMA
TÉCNICA APURADA**

TREINO C

PRINCIPAIS
EXERCÍCIOS DE
3 NOTAS POR CORDA

LUCAS CIRINO

ESCALAS

3 NOTAS POR CORDA

PRATIQUE NOS 12 TONS, VARIANDO UM POR SEMANA

VERTICAL

Standard tuning

♩ = 80

MAIOR

E-Gt

mf

TAB

3 5 7 3 5 7 4 5 7 5 6 8 5 7 8 7 5 8 6 5 7 5 4 7 5 3 7 5

MENOR NATURAL

2

3 5 6 3 5 6 3 5 7 4 6 8 4 6 8 6 4 8 6 4 7 5 3 6 5 3 6 5

MENOR HARMÔNICA

3 5 6 3 5 6 4 5 7 4 6 8 4 7 8 7 4 8 6 4 7 5 4 6 5 3 6 5

MENOR MELÓDICA

3 5 6 3 5 7 4 5 7 4 6 8 5 7 8 7 5 8 6 4 7 5 4 7 5 3 6 5

**GUIA BÁSICO PARA UMA
TÉCNICA APURADA**

TREINO D

PRINCIPAIS
EXERCÍCIOS DE
4 NOTAS POR CORDA

LUCAS CIRINO

ESSE É O SÓ O COMEÇO...

Você está trilhando um caminho brilhante para o domínio técnico na guitarra.

Para continuar seu progresso, me chame no **WhatsApp** e tenha acesso a:

- ✓ Metodologia completa do curso Técnica Apurada.
- ✓ Mais de 100 exercícios em vídeo para desenvolver sua técnica.
- ✓ Acompanhamento exclusivo por WhatsApp.
- ✓ Call individual de implementação dos treinos.
- ✓ Material de apoio com tablaturas, partituras e Guitar Pro.
- ✓ Mentorias em grupo com outros alunos.

Clique no botão abaixo para saber mais:



LUCAS CIRINO