

33 MINUTES! Chord progressions

As you get progressively faster and more aggressive, be sure to mute unneeded strings. Mute the low E string for all chords except G and Em. Mute the A string for Dm. Depending on how you play the Bm, mute the A string if you aren't playing the 2nd fret.

The strum pattern **for all progressions** is identical to the note cadence pattern.

V' V ^ V' V ^ V' V ^ V' ^'
V' V' ''''
V' V ^ V' V' V' V' V ^ V' V'
V' V ^ V' ^ V' ''''

Part 4-1 ~ CHORDS

98 BPM

Em ' ' ' Em ' ' ' Am ' ' ' Am ' ' '
Dm ' ' ' Dm ' ' ' G ' ' ' G ' ' '
Bm ' ' ' Bm ' ' ' Em ' ' ' Em ' ' '

108 BPM

Bm ' ' ' Bm ' ' ' G ' ' ' G ' ' '
Dm ' ' ' Dm ' ' ' Am ' ' ' Am ' ' '

118 BPM

Em ' ' ' Em ' ' ' Em ' ' ' Em ' ' '
Am ' ' ' Am ' ' ' Am ' ' ' Am ' ' '
Dm ' ' ' Dm ' ' ' Dm ' ' ' Dm ' ' '
G ' ' ' G ' ' ' G ' ' ' G ' ' '
Bm ' ' ' Bm ' ' ' Bm ' ' ' Bm ' ' '
Em ' ' ' Em ' ' ' Em ' ' ' Em ' ' '

128 BPM

Bm ' ' ' Bm ' ' ' Bm ' ' ' Bm ' ' '
G ' ' ' G ' ' ' G ' ' ' G ' ' '
Dm ' ' ' Dm ' ' ' Dm ' ' ' Dm ' ' '
Am ' ' ' Am ' ' ' Am ' ' ' Am ' ' '

136 BPM

Em ' ' ' Em ' ' ' Em ' ' ' Em ' ' '
Am ' ' ' Am ' ' ' Am ' ' ' Am ' ' '
Dm ' ' ' Dm ' ' ' Dm ' ' ' Dm ' ' '
G ' ' ' G ' ' ' G ' ' ' G ' ' '
Bm ' ' ' Bm ' ' ' Bm ' ' ' Bm ' ' '
Em ' ' ' Em ' ' ' Em ' ' ' Em ' ' '

144 BPM

Bm ' ' ' Bm ' ' ' Bm ' ' ' Bm ' ' '
G ' ' ' G ' ' ' G ' ' ' G ' ' '
Dm ' ' ' Dm ' ' ' Dm ' ' ' Dm ' ' '
Am ' ' ' Am ' ' ' Am ' ' ' Am ' ' '
Em ' ' ' Em ' ' ' Em ' ' ' Em ' ' ' Em **TACIT**

Part 4-2 ~ CHORDS With The Band

98 BPM

Em ' ' ' Em ' ' ' Am ' ' ' Am ' ' '
Dm ' ' ' Dm ' ' ' G ' ' ' G ' ' '
Bm ' ' ' Bm ' ' ' Em ' ' ' Em ' ' '

108 BPM

Bm ' ' ' Bm ' ' ' G ' ' ' G ' ' '
Dm ' ' ' Dm ' ' ' Am ' ' ' Am ' ' '

118 BPM

Em ' ' ' Em ' ' ' Em ' ' ' Em ' ' '
Am ' ' ' Am ' ' ' Am ' ' ' Am ' ' '
Dm ' ' ' Dm ' ' ' Dm ' ' ' Dm ' ' '
G ' ' ' G ' ' ' G ' ' ' G ' ' '
Bm ' ' ' Bm ' ' ' Bm ' ' ' Bm ' ' '
Em ' ' ' Em ' ' ' Em ' ' ' Em ' ' '

128 BPM

Bm ' ' ' Bm ' ' ' Bm ' ' ' Bm ' ' '
G ' ' ' G ' ' ' G ' ' ' G ' ' '
Dm ' ' ' Dm ' ' ' Dm ' ' ' Dm ' ' '
Am ' ' ' Am ' ' ' Am ' ' ' Am ' ' '

136 BPM

Em ' ' ' Em ' ' ' Em ' ' ' Em ' ' '
Am ' ' ' Am ' ' ' Am ' ' ' Am ' ' '
Dm ' ' ' Dm ' ' ' Dm ' ' ' Dm ' ' '
G ' ' ' G ' ' ' G ' ' ' G ' ' '
Bm ' ' ' Bm ' ' ' Bm ' ' ' Bm ' ' '
Em ' ' ' Em ' ' ' Em ' ' ' Em ' ' '

144 BPM

Bm ' ' ' Bm ' ' ' Bm ' ' ' Bm ' ' '
G ' ' ' G ' ' ' G ' ' ' G ' ' '
Dm ' ' ' Dm ' ' ' Dm ' ' ' Dm ' ' '
Am ' ' ' Am ' ' ' Am ' ' ' Am ' ' '
Em ' ' ' Em ' ' ' Em ' ' ' Em ' ' ' Em **TACIT**

Part 4-3 ~ Cut It In Half!

98 BPM

Em ' ' ' Am ' ' ' Dm ' ' ' G ' ' '
Bm ' ' ' Em ' ' ' Bm ' ' ' G ' ' '
Dm ' ' ' Am ' ' ' Em ' ' ' Em ' ' '

108 BPM

Em ' ' ' Am ' ' ' Dm ' ' ' G ' ' '
Bm ' ' ' Em ' ' ' Bm ' ' ' G ' ' '
Dm ' ' ' Am ' ' ' Em ' ' ' Em ' ' '

118 BPM

Em ' ' ' Am ' ' ' Dm ' ' ' G ' ' '
Bm ' ' ' Em ' ' ' Bm ' ' ' G ' ' '
Dm ' ' ' Am ' ' ' Em ' ' ' Em ' ' '

126 BPM

Em ' ' ' Am ' ' ' Dm ' ' ' G ' ' '
Bm ' ' ' Em ' ' ' Bm ' ' ' G ' ' '
Dm ' ' ' Am ' ' ' Em ' ' ' Em ' Em **HOLD**

Part 4-4 ~ The Drill! Cut It In Half . . . AGAIN!

98 BPM

Em ' Am ' Dm ' ' ' '
G ' Bm ' Em ' ' ' '

104 BPM

Bm ' G ' Dm ' ' ' '
Am ' Em ' Am ' ' ' '

110 BPM

Dm ' G ' Bm ' ' ' '
Em ' Bm ' G ' ' ' '

116 BPM

Em ' Am ' Dm ' ' ' '
G ' Bm ' Em ' ' ' '

122 BPM

Bm ' G ' Dm ' ' ' '
Am ' Em ' Am ' ' ' '

128 BPM

Dm ' G ' Bm ' ' ' '
Em ' Bm ' G ' ' ' '

134 BPM

Em ' Am ' Dm ' ' ' '
G ' Bm ' Em ' ' ' '

140 BPM

Bm ' G ' Dm ' ' ' '
Am ' Em ' Am ' ' ' '

146 BPM

Dm ' G ' Bm ' ' ' '
Em ' Bm ' G ' ' ' ' Em **HOLD**

You will only play the entire practice set one time, on day one.
After that, each day will be as follows . . .

Each session, do a warm up by doing exercises 3-3 then 3-4. If you can't complete 3-3 or 3-4 yet, then start your sessions with 3-1 and 3-2. Once you can get through all 4, then warm up with only 3-3 and 3-4.

Once warmed up, do 4-1 through 4-4 at least once each. ideally, 2-3 times.

Be sure to let me know how you're doing. What progress you've made.
And share any comments. I'd like to hear from you.

Wayne wayneknazek1949@gmail.com