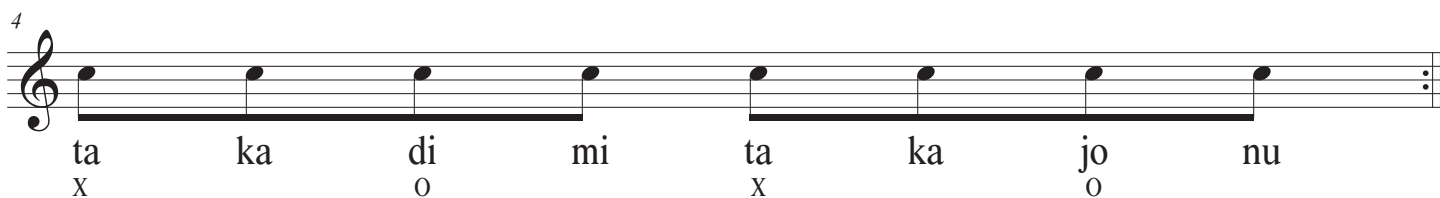
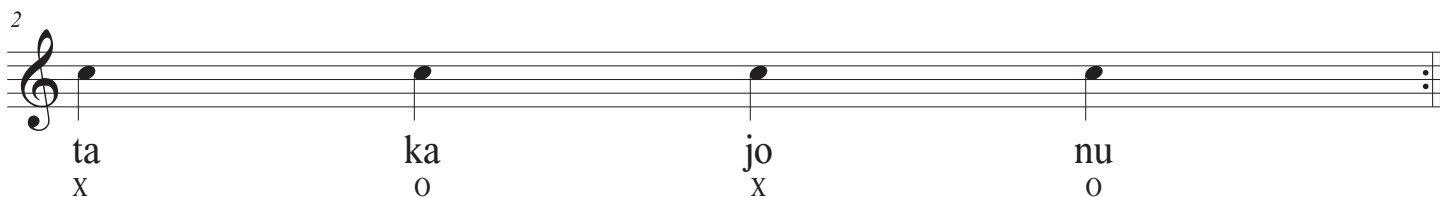


Adi Tala (Cycle of 8)

TRADITIONAL SOLKATTU EXERCISE FROM T. SANKARAN

1.0 EXERCISE 4 + 4



GLEN VELEZ INSPIRED WALKING EXERCISE - Vocalize and clap the accents while stepping

7 2.1

ta ka di mi ta ka di mi ta ka di mi ta ka di ta

STEP STEP STEP STEP

8 2.2

ta ka di mi ta ka di mi ta ka di mi ta ka di ta

STEP STEP STEP STEP

9 2.3

ta ka di mi ta ka di mi ta ka di mi ta ka di ta

STEP STEP STEP STEP

10 2.4

ta ka di mi ta ka di mi ta ka di mi ta ka di ta

STEP STEP STEP STEP