

# Workshop de Batería, Como se adapta la batería a tu cuerpo.



A cargo de Pepo  
Busquets  
Autor del libro  
Primero el Batería





## Pepo Busquets

Después de sufrir una lesión en la espalda que me apartó de los escenarios hace 18 años, empecé a investigar con mi Fisioterapeuta Alicia Escardó acerca de cómo se debería tocar la batería de un modo que no fuera dañino para el cuerpo.

Todos estos años han llegado a la culminación de un método al que he llamado Body & Drums, con el principio que para entender de verdad el instrumento, debemos considerar primero que el instrumento real es el humano que lo toca, y que el instrumento se debe poner totalmente al servicio del músico.

### Primero el Batería

Es el primer libro de una trilogía, que trata de la primera parte del método, la parte estática.

Analizando el momento preciso antes de tocar desde el punto de vista físico y mental, y considerando como debemos sentarnos y como debemos situar nuestro set, conseguimos que el punto de partida de cada uno de los movimientos que haremos para tocar se ajuste a nuestra naturalidad humana, con lo que el riesgo de lesión disminuye y aumentamos nuestra efectividad en el set.

# Porqué este workshop?

El desconocimiento del propio cuerpo es uno de los problemas principales que acaban llevando al músico a sufrir lesiones y a no ser todo lo eficaz que podría ser en la ejecución en el instrumento.

Si este instrumento es la batería, estos problemas se pueden agravar por la propia construcción del instrumento. El hecho que se toca con manos y pies a la vez en una posición sentada, hace que la demanda física que se exige al músico sea cada vez creciente.

Con este workshop, pretendo dar a conocer las primeras bases anatómicas para que el baterista del S.XXI, tenga el conocimiento mínimo necesario para poder afrontar los retos que el instrumento demanda.

Haciendo un análisis de las principales características físicas de la batería, y contrastándolas con unas bases anatómicas sencillas totalmente asequibles para todo el mundo, podemos cambiar la manera de tocar de un modo, que muchos de los bateristas más importantes de la Península Ibérica, ya han catalogado como algo que alargará su carrera profesional.

Estamos en un momento en el que grandes bateristas deben dejar las baquetas por problemas físicos relacionados con el instrumento, Phil Collins, o Neil Peart por ejemplo, por lo tanto, se está demostrando, que una buena higiene postural es clave para poder estar detrás de la batería por muchos años.



(IMAGEN DEL LIBRO PRIMERO EL BATERÍA )



## ESTRUCTURA DE LA SESIÓN

Estamos en un momento en el que grandes bateristas deben dejar las baquetas por problemas físicos relacionados con el instrumento, Phil Collins, o Neil Peart por ejemplo, por lo tanto, se está demostrando, que una buena higiene postural es clave para poder estar detrás de la batería

### PRIMERA PARTE

1.1- Introducción, un pequeño vídeo para introducir la problemática de las lesiones en la batería.

1.2- QUE tocar y COMO tocar. Definición, diferencias y ejemplos de las dos partes esenciales en el acto de tocar la batería.

1.3- Las primeras bases del cuerpo humano del baterista, Porque el baterista es humano! Como empieza todo, el desarrollo motor.

1.4- Cuándo y porque empiezan los problemas y los vicios posturales, el inicio de nuestra posible torre de pisa: El aprendizaje motor.

1.5- Análisis de la batería, porque el set se debe adaptar a nuestras medidas y como usar el hardware adecuado.

1.6- Desmontando las ideas estéticas, porque no hacer caso a la idea de los 90° y de otras parecidas.

1.7- Como sentarse: Que es sentarse recto? El peso del cuerpo, la pelvis y la columna.

### SEGUNDA PARTE (La trabajaremos con un sufrido voluntario)

1.8- La altura del taburete y la base del método. Análisis del espacio. Nuestro cuerpo da las medidas para adaptar la batería.

1.8.1- Pequeño inciso sobre la mente y la tensión.

1.9- La estructura de líneas, y las referencias de la mente en relación al espacio.

1.10- La primera línea, los pies.

1.11- La segunda línea, altura de la caja, toms de suelo y cajas secundarias.

1.12- La tercera línea, altura de hi-hat, toms y ride.

1.13- La cuarta línea, platos. (y la explicación de la excepción de los splash)

1.14- La relación de la nueva posición y la interpretación y la creatividad. En relación a la tensión. En relación al sonido y al volumen. En relación con los otros músicos.

1.15- Tanda de preguntas.

# Un workshop diferente! Voy a tocar poco, lo prometo! Esto no va de lo que yo sé tocar, se trata de dar información, y no un sinfín de chops!

**Duración:** Entre 3 y 4 horas, depende de las preguntas.

**Aforo:** Cuantos más mejor! Estoy en esto para compartir, depende más del espacio del que se disponga.

**Nivel:** Todos los niveles, mejor a partir de 8 años de edad, pero nadie se va a aburrir y a todos les va a interesar.

## **Material que aporta Body & Drums (o sea, Pepo):**

- Un video proyector en el caso que no lo haya. Se necesitará un fondo blanco (pared o pantalla donde poder proyectar)
- Un micro inalámbrico de diadema. Hablo mucho y para no dejarme la voz si el espacio es muy grande.
- En el caso que acordemos que yo traigo la batería, una batería entera compuesta por el siguiente material: (BD 20', Sn1 14', Sn 2 14', TT 8', TT 10', TT 12', FT 14', Hat stand, Pedal Bombo, 3 soportes de girafa, clamps, taburete, Ride 20'', Crash 16'', Crash 18'', Hats de 14'', China o similar de 14'', Splash de 10''.
- Dispongo de equipo un equipo de sonido, pero es mejor que lo proporcione el organizador local. Lo podemos hablar tranquilamente.

## **Material que aporta el organizador:**

- Un video proyector en el caso que lo haya. Se necesitará un fondo blanco (pared o pantalla donde poder proyectar)
- En el caso que acordemos que yo traigo la batería, una batería Yamaha entera compuesta por el siguiente material: BD 20' o 22'', Sn1 14', Sn 2 14', TT 8', TT 10', TT 12', FT 14', Hat stand, 4 soportes de girafa, , Ride 20'', Crash 16'', Crash 18'', Hats de 14'', China o similar de 14'', Splash de 10'', dos soportes de caja. (yo traigo pedales y taburete)
- Un equipo de sonido suficiente para la sala, con una mesa de mezclas con 4 entradas canon o Jack y que disponga de RCA. Si dispone de micro inalámbrico de diadema se agradecerá.
- 4 botellines de agua para una persona.



Si el organizador no tiene inconveniente, después del workshop voy a montar un pequeño tenderete de venta de mi libro Primero el Batería. Este libro está totalmente relacionado con el contenido del workshop.

Es importante entender que el libro es un gran resumen de lo que voy a exponer, y lo podemos considerar como los apuntes de lo que vamos a tratar.

Así que agradeceré una mesa para poder hacer la venta, y hasta si alguien quiere se lo puede llevar firmado!

**Este workshop puede relacionarse con un Drum Camp, y así aprovechar el viaje! Para 4 asistentes de un nivel medio/alto, donde trabajaremos el equilibrio y el trabajo muscular de piernas y pies. Pide información.**



## Recomiendan a Body & Drums:



## Algunos Body & Drummers



Pedro Barceló

Angel Alonso



Miguel Morales



Abel Benito  
(Irlanda)



Dani Ktna (Bcn)



Joan Terol  
(Holanda)

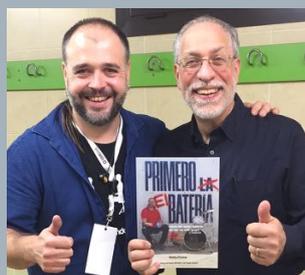


Pablo Serrano

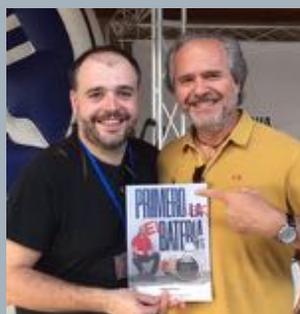


Goiko Martínez

## ... y otros grandes que apoyan mi trabajo



Dom Famularo  
(Usa)



Juan de la Oliva  
(Esp)



Richard Spaven  
(UK)



Will Kennedy  
(Usa)



**Info y reservas :**

**Pepo Busquets**

**0034 695 49 31 46**

**[www.bodyanddrums.com](http://www.bodyanddrums.com)**

**Facebook/body&drums**

**info@bodyanddrums.com**