

Table des matières

Préface	
Être bien pour jouer mieux par Huib Schippers	3
Instructions de sécurité	6
Chapitre 1	
Le corps du musicien	8
Fonctions de base	
Chapitre 2	
Situations à risque pour le musicien	31
Chapitre 3	
Posture de travail	40
Le corps du musicien en harmonie avec son instrument	
Chapitre 4	
Le musicien, son instrument et son lieu de travail	52
Ajuster la tâche au corps du musicien	
Chapitre 5	
Comprendre le corps du musicien	69
Chapitre 6	
Psychologie et musique	86
Chapitre 7	
Guide de dépannage pour musiciens	97
Entretien physique et résolution des problèmes	

Bibliographie	118
Index	119