

**Synapse, Synopses, Sinews**  
String Quartet #2  
Don Myers



# Synapse, Synopses, Sinews

## String Quartet #2

### I Orsa Sententia

Don Myers

**A**  $\text{♩} = 100$

Violin I *sul G* *più ff*

Violin II *sul D* *ff* *slow port.* *mf* *slow port.* *mp*

Viola *pesante* *sfffz* *ff* *f* *mf* *mp* *p*

Violoncello *pesante* *sfffz (fff)* *mp* *p* *mf* *mp* *p* *f* *mp* *mf*

*w/ #2 wood pencil*  
*\* col legno ricochet*  
*\* col legno ricochet trem.*

*sul G* *sul A*

*place bow in L.h. & retrieve guitar pick*

\* For col. ric. & col. ric. trem., contact point is the eraser's metal band. Col. ric. effect starts with an accented bounce followed by natural rebound bounces. Keep fingers relaxed with the index and middle fingers balanced on top of the pencil and the thumb splitting the two balanced underneath the pencil. For Col. ric. trem., the index and middle fingers are trilled on top of the pencil with the thumb underneath acting as fulcrum.

**Tempo prima** ( $\text{♩} = 100$ ) **Subito standando**

5 *sul G*  $\text{♩} \approx 60$ , **Subito lento** *port.*

Vln. I *ff* *slow port.* *poco* *collé @ frog* *ord.* *rit.* *più f* *mf* *più mf* *mf*

Vln. II *ff* *slow port.* *arco* *collé @ frog* *ord.* *ff* *mp sub.* *pp*

Vla. (To rest position) *f* *mf* *mp* *poco* *pesante arco* *lean into each 1/2 step* *ff* *f* *mf*

Vc. *p* *ppp* *più mf* *più f* *mf* *più mf* *mp*

*damp string with pencil*  
*Hold pencil in mouth (between lips) or place behind ear & retrieve bow.*  
*At rest position quasi mandolin pizz. play behind the bridge w/ hard guitar pick*  
*place pick in mouth (or lap) and retrieve bow — raise instr. to ord. performance position.*

**Lento**

10 *place bow in lap, retrieve guitar pick*  $\text{♩} = 60$  *poco lunga* *alito [breath]* **Tempo prima** ( $\text{♩} = 100$ )

Vln. I *p* *più mf* *più f*

Vln. II *più f* *mf sub. > mp* *mf* *f* *ff* *f*

Vla. *più mf* *più f* *mp sub. > p* *più p* *più mf* *f* *mp*

Vc. *più mf* *> p* *più p* *più mf* *f*

*Take instrument to rest position (resting on right upper thigh, neck parallel to lap) to prepare for the following behind the bridge, quasi mandolin section.*  
*play behind the bridge*  
*At rest position quasi mandolin pizz.*

**Subito standando**

14  $\text{♩} \approx 70$  rit.  $\text{♩} = 60$  lunga **Lento** ( $\text{♩} = 60$ ) 19 pizz.  $\uparrow$

Vln. I  $f$   $\text{mp}$   $\text{più mp}$

Vln. II  $\text{mf}$   $\text{p}$   $\text{più mp}$   $\text{più mp}$   $\text{mf}$   $\text{p}$

Vla.  $f \text{ sub.}$   $ff$   $\text{mp}$   $\text{più mp}$   $\text{mp}$   $\text{p}$

Vc.  $\text{mf}$   $\text{più f}$   $\text{più mf}$   $\text{mf}$   $\text{mp}$   $\text{p}$

Annotations: *morendo*, *jagged port.*, *3*, *3*, *sul D*, *sul G*, *solo sul C*, *Sul A*, *port.*

20  $\uparrow$  place pick in mouth or lap, retrieve bow arco sul G  $\text{port.}$  (Inst. to rest position)

Vln. I  $\text{più mp}$   $\text{port.}$   $\text{port.}$   $\text{col legno battuto}$

Vln. II place bow in l.h., retrieve pencil  $\text{col legno ricochet}$   $\text{col legno battuto}$   $f$  (Inst. to rest pos.)

Vla.  $\text{più mp}$   $\text{port.}$   $f$

Vc. solo sul G  $\text{mf}$   $\text{port.}$   $\text{mf}$   $\text{p}$   $\text{ppp}$

Annotations: *arco sul G*, *port.*, *col legno ricochet*, *col legno battuto*, *f*, *ppp*, *play behind the bridge*, *#2 wood pencil*, *col legno*, *ricochet*

**B** **L'istesso tempo**  $\text{♩} = 60$  At rest position quasi madolin pizz. secco wide vib.

Vln. I  $\text{più mf}$   $\text{col legno ricochet}$   $\text{col legno battuto}$   $\text{col legno ricochet}$   $\text{col legno battuto}$

Vln. II  $\text{mp}$   $\text{p}$   $\text{pizz.}$   $\text{mp}$   $\text{mp}$

Vla.  $f$   $\text{port.}$   $\text{mp}$   $\text{pizz.}$   $\text{wide vib.}$

Vc.  $\text{più mf}$   $\text{pizz. secco}$   $\text{wide vib.}$

Annotations: *col legno ricochet*, *col legno battuto*, *pizz.*, *mp*, *p*, *mf*, *mp*, *ppp*, *wide vib.*, *perform snap just loud enough to be perceived. On ♪, drop pinching fingers back down to string thus dampening the fundamental.*, *quasi snap pizz.*, *raise inst. to playing position*, *l.h.*, *retrieve bow*

32

Vln. *secco* *wide vib.* *secco* *wide vib.* *secco* *wide vib.* *secco*

Vln. II *col legno ricochet* *col legno battuto* *col legno ricochet* *Hold pencil in mouth (between lips) or place behind ear & retrieve bow.* *solo sul G*

Vla. *arco sul ponticello* *spicc.* *sul ponticello* *spicc.* *sim.*

Vc. *secco* *wide vib.* *wide vib. secco* *wide vib.* *secco*

*mp* *mp* *più mf* *(mp)*

35

Vln. *wide vib.*

Vln. II *port. port.* *pesante ord.* *sfumato spicc.*

Vla. *wide vib.* *pesante arco* *sfumato ord.*

Vc. *wide vib.* *pesante arco*

*più mp* *ff* *mp* *mp* *ff* *più mp*

38 *sul G/D*

Vln. *più p*

Vln. II *desto solo* *ord.* *spicc.* *ord.* *spicc.* *ord.* *spicc.*

Vla. *desto spicc. solo*

Vc. *più p*

*più mf* *più mf*

40 *(♩=60) rit.*

Vln. *ord.*

Vln. II *pizz.* *più p*

Vla. *f* *spicc.* *ord.* *spicc.* *sim.* *spicc.* *ord.* *p*

Vc. *più p* *ppp*

*♩* is performed as an ordinary pizz. followed by immediately applying harmonic finger pressure at the octave node on the ♩, thus semi-dampening the fundamental and producing the indicated harmonic.





# II Sententia Perpetuo

\*- accented, fingered note:  
appoggiatura note is plucked  
as an ord. pizz. immediately  
followed by an accented  
fingering on the resolution  
note without an addition pizz.  
in the r.h.

**E**

pizz.  
obbligato

Tempo:  $\text{♩} = \text{♩} \approx 60$

Vla. *mf f mf f mf f mf f mf f*

Vc. *f mf f mf f mf f mf f mf*

Vla. *mf f mf f mf f*

Vc. *f mf f mf f mf*

Vla. *mf f mf f ff f ff*

Vc. *f mf f ff mf f ff f ff*

Vln. *f più mp mf più mf*

Vln. II *più mf f più mp mf*

Vla. *mf*

Vc. *mf*

Vln. *più mf più f*

Vln. II *f ff f ff f ff f ff f*

Vla. *f*

Vc. *più mf più f*



16

Vln. *arco spicc. mf* *sul E* *ord.* *f ff* *f ff*

Vln. II *pizz.* *più f*

Vla. *ord. (arco)* *fff* *fff* *fff* *fff* *fff* *fff* *fff* *f ff* *f ff*

Vc. *più f*

19

Vln. *pizz.* *f* *mf* *f* *mf* *f* *mf* *mf* *f* *mf*

Vln. II *(pizz.)* *mf* *f* *mf* *f* *mf* *f* *mf* *f* *mf* *ff*

Vla. *pizz.* *f* *mf* *f* *mf* *f* *mf* *f* *mf* *f*

Vc. *(pizz.)* *mf* *f* *mf* *f* *mf* *f* *mf* *f* *mf*

22

Vln. *mf* *mf* *mf* *ff* *mf* *mp*

Vln. II *ff* *mf* *ff* *mf* *mp*

Vla. *mf* *ff* *mf* *mf* *ff* *mf* *mp*

Vc. *f* *mf* *ff* *mf* *mp*

Prenda una breve pausa nel carattere (malinconia) del movimento che segue.  
 [Take a short pause in the character (melancholy) of the movement that follows.]



30 col legno battuto col legno ricochet col legno battuto col legno ricochet col legno ricochet col legno battuto

Vln. II *mp* *p* *più mf* *più f*

Vla. pizz. solo *mp* *mf* *mp* *mf* *f*

Vc. strike r.h. shoulder w/ r.f. strike r.h. shoulder w/ m.f. strike l.h. shoulder w/ thumb strike r.h. shoulder w/ i.f. sim. strike l.h. shoulder w/ flat palm L.h.F.P. strike r.h. shoulder w/ flat palm r.h.F.P. L.h.F.P. r.h.F.P.

*mp* *più mf* *mp* *più mp* *più p* *più mf sub.* *più f*

34 col legno battuto col legno ricochet col legno battuto col legno ricochet col legno battuto col legno ricochet

Vln. II *più mp* *più f sub.* *più mf*

Vla. *mp* *mp* *mf* *mp* *mf*

Vc. L.h.F.P. r.h.F.P. L.h.F.P. T R M I R M I T R M I R M I L.h.F.P. r.h.F.P. L.h.F.P. r.h.F.P. L.h.F.P. r.h.F.P.

*più mf* *più mf* *più p* *più mp*

38 col legno ricochet col legno ricochet col legno battuto col legno battuto col legno ricochet col legno battuto col legno ricochet col legno battuto

Vln. *più mf* *mp* *più mf* *più f* *mf*

Vln. II *più mp* *più mf* *f* *più p* *più mf*

Vla. arco sul ponticello *più mf sub.* *mp* *più mf* *più f*

Vc. L.h.F.P. r.h.F.P. L.h.F.P. T R M I R M I T R M I R M I pizz. *più f* *più mf* *più p* *più mf*

42 arco sul ponticello pizz. ord. arco sul ponticello

Vln. *mp* *più f* *più mf* *più mf* *più f* *più mf*

Vln. II *più f* *più mf* *più mf* *più f* *più mf* *più mf*

Vla. pizz. arco sul ponticello pizz. *mf* *f* *più mf* *più f* *più mp* *più f*

Vc. *più f* *più mf* *più f*

47

Vln. *f* *mp* *più f* *più mf* *più mp*

Vln. II *mf* *arco sul ponticello* *più mf*

Vla. *mf* *più mf* *più mp*

Vc. *mf* *più mf* *più f*

*pizz.*

*arco sul ponticello*



51

Vln. *più mf* *più mp* *più mf* *mf* *più mf*

Vln. II *più f* *più mf* *mf*

Vla. *pp* *più mf* *più mf*

Vc. *più mf* *mf*

*pizz. ord.*

Retrieve hard guitar pick. Place it in the mouth, in-between the lips for mvmt. IV.

Prende una breve pausa fra i movimenti, quindi immediatamente continua. [Take a brief pause between the movements, then immediately continue.]





26 ord.

Vln. *mf* *f* *ff* *fff* pizz. solo

Vln. II solo w/ vc. sul G *mf* *f* *mf* ord. sul tasto sul G *f* *mf*

Vla. ord. *mf* solo spicc. sul D *f* *ff* *f*

Vc. solo w/ vln. II *f* *ff* *f* *ff* *mf*

\*Start tone at fingerboard and slide bow to ordinary position for the harmonic.

Transfer bow to L.h. to prepare for succeeding pizz. section.

30

Vln. *fff* *ff* *fff*

Vln. II pizz. *mf* *f* *mf* *f* *mf* *f* *mf* *f* arco martelé ord. *ff* *fff*

Vla. port. *ff* *f* *ff* *fff* *ff* *fff* *f* *sffffz (fff)* ord. martelé *f* *fff*

Vc. *f* *ff* *f* *fff*

palm bow in preparation for ordinary pizz.

quasi scratch tone spicc.

quasi scratch tone spicc.

port. sul A sul D ord.

Prepare bow grip for succeeding arco section.

Prepare bow grip for succeeding arco section.

Tempo prima

♩ = 140

arco **accel.**

arco martelé

34

Vln. *f* *ff* *mf* *f* *Aggressivo* *f* *fff* *ff* *fff* *sffffz (fff)* l.h. pizz. †

Vln. II l.h. pizz. † arco martelé secco *sffffz (fff)* *ff* *fff* *f* *fff* *sffffz (fff)* *sffffz (fff)* l.h. pizz. †

Vla. ord. *f* *ff* *mf* *f* *fff* *f* *fff* *ff* *fff* *sffffz (fff)* l.h. pizz. †

Vc. arco martelé *ff* *fff* *f* *ff* *mf* *f* *fff* *sffffz (fff)* *sffffz (fff)* l.h. pizz. †

†

**J****Andante e furtivo**

♩=90

At rest pos.  
quasi mandolin**V****Infero Sententia**

14

Vln. II

Vla.

Vc.

*mp* *mf* *mp* *mf*

*mf* *f* *mf* *f* *mf*

*f* *f*

*pizz.* *arco spicc.*

Vln. II

Vla.

Vc.

*mp* *mf* *più mp* *mp* *mf* *più mp*

*mf* *f* *mf* *mf* *f*

*ff* *f*

Vln. II

Vla.

Vc.

*mp* *mf* *più mp* *mp* *mf* *mf*

*mf* *f*

*ff* *f* *ff* *f*

**Con malinconia dolce**At rest position  
quasi mandolin (l.h.)

**J** is performed as an ordinary pizz. followed by immediately applying harmonic finger pressure at the octave node on the **J**, thus semi-dampening the fundamental and producing the indicated harmonic.

Vln.

Vln. II

Vla.

Vc.

*più mf* *più f* *più mf* *più f* *più mf*

*f* *più mf*

*mf* *f* *mf* *f* *mf*

*ord.* *ord.*

*pizz.* *arco spicc.*

retrieve guitar pick

play behind the bridge w/ hard guitar pick

At rest

palm guitar pick in prep. for ord. pizz. section.



17 retrieve guitar pick (pizz. At rest) play behind the bridge w/ hard guitar pick palm guitar pick in prep. for ord. pizz. section.

ord. pizz. (At rest) *più mf* *più f* *più mf* *più f* *più mf*

Vln. I *mf* *f*

Vln. II *mf* *f*

Vla. *mf* *f*

Vc. *f* *mf* *f*

21 ord. pizz. (At rest) retrieve guitar pick (pizz. At rest) play behind the bridge w/ hard guitar pick palm guitar pick in prep. for ord. pizz. section.

ord. pizz. (At rest) *più mf* *più f* *più mf* *più f* *più mp*

Vln. I *mf* *f*

Vln. II *mf* *f*

Vla. *mf* *f*

Vc. *mf* *f*

25 retrieve guitar pick (pizz. At rest) play behind the bridge w/ hard guitar pick

ord. pizz. (At rest) (l.h.) *più mf* sul A ord. (l.h.) *più mf* *più f* *più mf* *più f*

Vln. I *mf* *f*

Vln. II *mf* *f*

Vla. *mf* *f* *mf*

Vc. *mf* *f* *mf* *f*

29 place guitar pick in lap, retrieve bow, and raise instr. to performance pos. arco. quasi scratch tone spicc. sul A

ord. (pizz. At rest) *più mf* *più f* *f* *port.* *ff* *mf* *mf* *f*

Vln. I *mf* *f*

Vln. II *mf* *f*

Vla. *f* *mf*

Vc. *mf* *f*



48

Vln. *più ff* *più f*

Vln. II *più ff* *più f*

Vla. *mf* *mp* *mf* *mp* *mf*

Vc. *mf* *mp* *mf*

quasi scratch tone spicc. pizz. (l.h.) ord. (pizz.) arco spicc. (sul C) pizz. sul D (l.h.) ord. (pizz.) arco spicc. (sul G) ord. quasi scratch tone spicc.

53

Vln. *più ff* *più f* *rit.* *più ff*

Vln. II *più ff* *più f* *più ff*

Vla. *mp* *mf*

Vc. *mp* *mf*

quasi scratch tone spicc. (l.h.) arco sul A pizz. (l.h.) arco sul C pizz. (l.h.) arco spicc. pizz. (l.h.) arco spicc.

**Allegretto cantabile ma con ironia**

$\text{♩} = 120$

58

Vln. *mf* *f*

Vln. II *mf* *f*

Vla. *mp* *f* *mf*

Vc. *mp* *mf* *f*

arco spicc. ord. pizz. (l.h.) ord. (pizz.)

62

Vln. *mf* *f* *f*

Vln. II *f* *mf* *f* *f*

Vla. *mf* *p* *mf* *f*

Vc. *mf* *f*

quasi scratch tone spicc. (♭) spicc. arco sul E ord. pizz. (l.h.) ord. (pizz.)

67

ord.

*mf* *f* *mf* *f*

pizz. (l.h.)

ord.

*mp* *mf* *f* *mf* *f*

*mf* *f* *mf* *f*

*mf* *f* *mf* *f*

(l.h.)

Subito presto ma non troppo

71  $\approx 150$  Sfumato

*pp* *mp* *pp* *mp*

Sfumato arco

*pp* *mp* *pp* *mp*

Sfumato arco

*pp* *mp* *pp* *mp*

arco sul G/D solo

*più f* *più ff* *più f* *più ff* *più f*

75

*pp* *mp* *pp* *mp*

*pp* *mp* *pp* *mp*

*pp* *mp* *pp* *mp*

*più ff* *più f* *più ff* *più f* *più ff* *più f*

port.

Subito standando ed arresto

79  $\text{♩} = 100 \text{ rit.}$   $\text{♩} = 75$  lunga  $(\text{♩} = 75)$  Strisciando e spinto

*pp* *mp* *p* *ppp*

*pp* *mp* *p* *ppp*

*pp* *mp* *p* *ppp*

*più ff* *più f* *più ff* *più f* *ffff*

place bow in lap and retrieve pencil for following col. ric. and col. trem. section.

Freely solo con sord.

*ppp*

sul C/G

slow port.

85  
Vla. *mp* *più mf* *ppp* *pp* *più fff* *pp*

90  
Vla. *ppp* *p* *f* *pp* *mf* *p* *mf* *pp*

95  
Vla. *mf* *p* *f* *mp* *pp* *pp* *mf* *p* *mf*

100  
Vla. *ppp* *mf* *f* *pp* *mf* *mp* *f* *ppp*

105 **M** L'istesso tempo  
Vla. *p* *mf* *pp* *f* *mp* *f*

Vc. *p* *mf* *pp* *mf* *p* *f* *p* *mp* *f* *pp*

110  
Vla. *pp* *mf* *pp* *mp* *f* *mf* *p*

Vc. *mf* *p* *pp* *mf* *p* *f* *mp*

115  
Vln. *mp* *f* *mp* *p* *ppp*

Vla. *p* *pp* *mp* *mf* *mp*

Vc. *pp* *mf* *p* *ppp*

120 *rit.* *pizz. solo* *lunga* *sul D* *tratto* *lunga*

Vln. II *mf* *mp* *più p* *mp* *sffz (fff)* *p* *f*

w/ #2 wood pencil  
\* col legno  
ricochet

r.h. (eraser band) port. starting at ord. bow trem. position and gradually sliding to almost l.h. fingering position.

\* For col. ric. & col. trat. trem., contact point is the eraser's metal band. Col. ric. effect technique as before: an accented bounce followed by natural rebound bounces. For Col. trat. trem., the eraser's metal band drawn rapidly across the strings as if it were the bow hair. To produce the cresc., the pressure of the metal against the strings is gradually increased. This is performed along side the r.h. eraser band port. — See boxed text note above.

**N** Andante rimettendo  
*pizz.*  
127 solo w/ vla. *mp* *mf* *mp* *più mp*

Vln. II *mp* *mf* *mp* *più mp*

Vla. *mp* *mf* *mp* *f*

132 arco spicc. *più mf* *col legno* *col legno* *arco spicc.* *più mf*

Vln. II *col legno* *col legno* *col legno* *pizz.* *mp*

Vla. *col legno* *col legno* *arco spicc.* *p* *mf*

Vc. *pizz.* *p* *f* *p*

place pencil in lap or behind ear and retrieve bow for following arco section.

136

Vln. *ord.* *mp* *ppp* *pizz. (l.h.)* *p* *pizz. ord.* *mp* *(pizz.)* *mf* *f* *mp*

Vln. II *mf* *f* *mp* *mf* *f* *mp*

Vla. *ord.* *mp* *p* *spicc.* *pp* *pesante* *ff* *pizz.* *mf*

Vc. *mp* *mf* *p* *pesante arco* *ff* *pizz.* *mf*

142

Vln. *pesante arco* *f* *mp* *ff* *mp* *pizz. (l.h.)* *mp* *pizz. ord.* *mf* *f* *mp* *f* *mf*

Vln. II *pesante arco* *f* *mp* *ff* *mp* *pizz. (l.h.)* *più mf* *mp* *mf* *mp* *pp*

Vla. *mp* *mf* *p* *pesante arco* *più mf* *mp* *mf* *mp* *pp*

Vc. *mp* *mf* *p* *mp* *mf* *p* *mp* *mf* *p* *V.S.*

148

Vln. *mp* *mf* *p* *mp* *mf* *mf* *f* *mf* *mf* *f*

Vln. II *ord. pizz.* *mf* *mp* *mf* *f* *mf* *f* *mf* *f*

Vla. *pizz. (l.h.)* *mp* *pizz. ord.* *mp* *pesante arco* *mp* *mf* *pp* *pizz.* *mp* *mf*

Vc. *mp* *mf* *pp* *mp* *mf* *pp* *pizz.* *mp*

153

Vln. *arco solo* *mf* *mp* *pizz.* *mp* *mf* *f* *mp* *arco solo* *mf* *mp* *p*

Vln. II *arco solo* *mf* *mp* *pizz.* *mp* *mf* *f* *mp* *mf*

Vla. *mp* *mf* *arco solo* *mf* *mp* *pp* *pizz.* *mf*

Vc. *mf* *mp* *mf* *mp* *mf* *mp* *mf*

159

Vln. *pizz.*  
*mf* *f* *mf* *mp* *arco* *mp*

Vln. II *mp* *mf* *f* *mf* *f* *mf*

Vla. *f* *mp* *mf* *f* *mf* *mf*

Vc. *arco solo* *Espressivo*  
*mp* *mf* *mp* *mf*

165

Vln. *mf* *ppp* *mf* *f*

Vln. II *arco* *mf* *ppp* *f*

Vla. *arco* *mf* *ppp* *mf*

Vc. *mp* *ppp* *mf* *ppp* *mf*

171

Vln. *mp* *ppp*

Vln. II *mp* *ppp*

Vla. *f* *mp* *ppp*

Vc. *f* *mf* *slow port.* *ppp*

alito [breath] //

**O**  
L'istesso tempo e furtivo

176 *pizz. solo*

Vln. *mp* *mf* *mp* *mp*

Vln. II *mp* *mf*

Vla. *mp* *mf* *mp* *mf*

Vc. *mp*

quasi scratch tone spicc. sul E

quasi scratch tone spicc. sul D

spicc.

182

Vln. *mf* *mp* *mf* *mp* *mf*

Vln. II *mp* *mf*

Vla. *mp* *mf* *mp* *mf*

Vc. *mp* *mf* *mp* *mf*

quasi scratch tone  
spicc.  
sul D



(♩=90) molto accel.

188

Vln. arco *p* *mp* *p* *mp* *mp* *ppp* *p* *mp*

Vln. II pizz. *mp* *p* *mp* *p* *mp* *p* *mf* *f* *mp* *mf* *f*

Vla. ord. *p* *mp* *p* *mp* *mp* *ppp* *p* *mp*

Vc. ord. *p* *mp* *p* *mp* *mp* *ppp* *p* *mp*

sul A sul E spicc. ord.



♩=155

molto accel.

195

Vln. *mf* *ff* *fff* *f* *ff* *mf* *ff* *fff* *fff*

Vln. II arco *mp* *ff* *fff* *f* *ff* *mf* *ff* *fff* *fff*

Vla. *mf* *ff* *fff* *ff* *fff* *f* *fff* *f* *fff* *f* *fff* *fff*

Vc. *mf* *ff* *fff* *ff* *fff* *f* *fff* *f* *fff* *f* *fff* *fff*

Con veemenza *sim.* rapido rapido rapido lunga subito

pesante

l.h.