

Übungen für die täglichen 10 Minuten

Uli Haider, Münchner Philharmoniker

1. Anmerkung zu Beginn

Die folgenden Übungen sind Vorschläge. Sollten sie zu anspruchsvoll sein, nutzen Sie diejenigen Teile, die für Sie geeignet sind. Sollten sie auf Dauer zu einfach sein, überlegen Sie sich Variationen, die Sie herausfordern. Ich empfehle, das Notenmaterial nur als Anregung zu nutzen und so bald als möglich frei zu üben. Das starre Fixieren auf Noten verhindert oft eine spielerische Herangehensweise. Setzen Sie sich nicht unter Druck. Nicht alles wird gleich gelingen, aber fast alles im Laufe der Zeit.

2. Buzzing (Das Spielen nur mit dem Mundstück)

... ist grundsätzlich ein gutes Mittel, um die Lippen aufzuwärmen. Ganz besonders dann, wenn man längere Zeit nicht gespielt hat.



Beginnen Sie in einer bequemen Mittellage und gehen Sie in Halb- oder Ganztonschritten nach oben oder unten – erst gebunden, dann weich gestoßen (d.h. der Luftstrom wird von der Zunge sehr kurz unterbrochen).

3. Halbtöne

... sind eine gute Möglichkeit, um locker und ohne Anstrengung mit dem Spiel auf dem Instrument zu beginnen.



Spielen Sie alle Übungen immer erst gebunden. Bindungen sind gut für eine gleichmäßige Luftführung. Schließt man dabei die Augen, kann das durchaus meditativen Charakter haben.

4. Kleine Intervalle

... sind ideal, um die Luft ruhig fließen zu lassen. Die Übung daher immer gebunden und sehr langsam spielen. Später kann das Tempo gesteigert werden.




Spielen Sie die Übung in einer Ihnen bequemen Lage und setzen Sie den Grundton in Halb- oder Ganztonschritten nach oben oder unten. Fortgeschrittene Spieler können den Intervallbereich auch vergrößern.

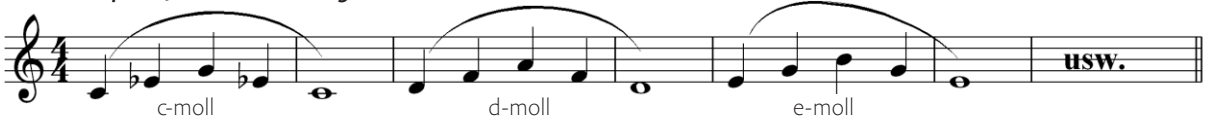
5. Dreiklänge

... sind eine wichtige Basis und bieten gleichzeitig eine Vielfalt an Möglichkeiten. Fortgeschrittene Spieler können neben Dur- und moll-Dreiklängen auch verminderte (zwei kleine Terzen) und übermäßige (zwei große Terzen) in das Programm einbauen.


Beispiele für Dur-Dreiklänge



Beispiele für moll-Dreiklänge




Beispiele für verminderte und übermäßige Dreiklänge



Für Fortgeschrittene:
 Eine Übung, die ich selbst sehr gerne anwende, ist der Aufbau von verminderten, über moll und Dur, zum übermäßigen Dreiklang. Besonders wenn das Tempo gesteigert wird, kann diese Übung eine interessante Herausforderung sein.

wechselnde Dreiklänge

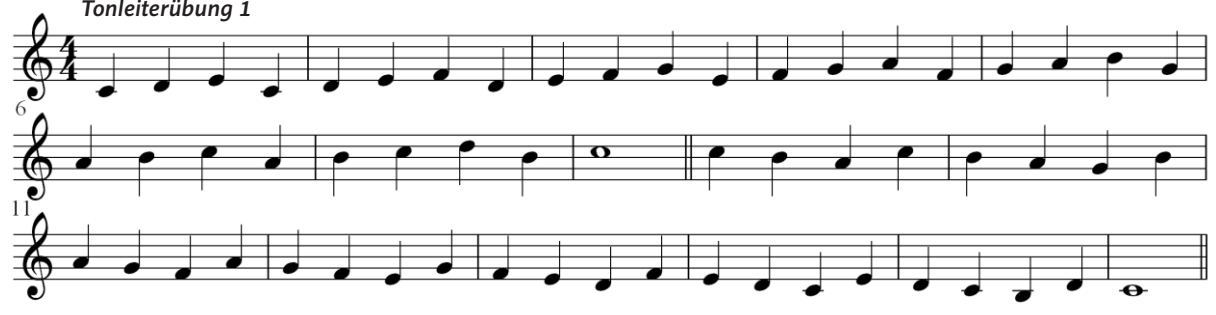


6. Tonleitern

... sind wie Dreiklänge eine wichtige Grundlage. Sehen Sie sie aber nicht als lästige Pflicht, sondern als Spielerei, bei der es unzählige Variationen gibt. Wieder ist es empfehlenswert, sich – neben den üblichen Grundformen – Herausforderungen zu suchen.

Die Grundformen sind bekannt, daher werde ich im Folgenden einige Beispiele für Variationen aufführen.

Tonleiterübung 1



Spielen Sie die Übung in allen Ihnen möglichen Tonarten. Gebunden, gestoßen, zwei Töne gebunden, zwei gestoßen, in verschiedener Dynamik, ein Takt laut, der nächste leise, steigende Lautstärke nach oben, abnehmende nach unten und umgekehrt. Seien Sie kreativ!


Bei Tonleiterübung 2 werden im Gegensatz zu Übung 1 vier Folgetöne verwendet. Ganz selbstverständlich wird damit der 5er-Takt geübt.

Tonleiterübung 2



Hier ein Beispiel für Fortgeschrittene, bei dem alle Tonarten des Quintenzirkels verbunden werden.

Tonleiterübung 3




C-Dur Des-Dur D-Dur Es-Dur E-Dur usw.

7. Rhythmische Veränderungen

... bieten weitere Möglichkeiten der Variation:

Rhythmusbeispiele



Wenn möglich, lassen Sie ein Metronom in der kleinsten metrischen Einheit mitlaufen (bei Beispiel 1 Sechzehntel, bei Beispiel 3 Triolen usw.) Sie verbessern dadurch die rhythmische Präzision.

8. Dynamische Veränderungen

... lassen den Ansatz flexibler werden, da er der wechselnden Luftmenge angepasst werden muss. Sofern es Ihre Umgebung zulässt, sollten Sie die oberen Dynamikstufen in jedem Fall mit einbeziehen. Besonders Stabilität und Ausdauer werden sich damit verbessern. Im Leisen ist es normal, dass Töne wegbleiben. Werten Sie das nicht als Fehler: Grenzen sind dazu da, ausgelotet zu werden.

Üben ist kein Muss, sondern ein Geschenk!

Alleine üben bereitet viel Freude, wenn man spielerisch herangeht!

Wenige Minuten am Tag sind besser als nichts!

Trauen Sie sich, kreativ zu sein!