



Brio – Brass Trainer

„... will change your sound...!“

Wir haben schon einige dieser Trainingshelfer in unseren letzten Ausgaben vorgestellt. Alle jedoch verfolgten entweder das Ziel die Lippenringmuskulatur sowie deren Koordination per Muskelübungen zu stärken oder aber den Atemapparat durch gezielte Atemübungen (z.B. Ausatmen gegen einen Widerstand) zu trainieren. Der Brio-Ansatztrainer kombiniert beides und eignet sich für alle Blechblasinstrumente. Wir machen den Praxistest!

Von Holger Mück

Produktbeschreibung „Brio“

Das Trainingsgerät, bestehend aus zwei Edelstahl-Teilen, hat eine Gesamtlänge von 118 mm. Das Kopfteil ist von der Form her der Lippenöffnung beim Buzzing oder Spielen eines Blechblasinstrumentes angeglichen. Mittig eingearbeitet simuliert anhand von Länge und Durchmesser ein Röhrchen den Blaswiderstand.

Trainingsbeschreibung und -empfehlung

„Brio will change your sound“, so die Headline der Produktbeschreibung. Und in der Tat ist dieses Gerät dafür geeignet, evtl. Lippenfehlstellungen zu korrigieren wie auch den bläserischen Ansatz zu fokussieren und zu kräftigen! Hierzu setzt man den Brio auf die Unterlippe, schließt den Mund und streckt das Kinn nach unten. Pustet man nun durch das Gerät, so stellt sich eine natürliche Lippenposition ein, so die Vorhersage des Herstellers. Auf diese Weise trainiert der Bläser eine unverkrampfte Lippenstellung ein, die für ein lockeres Spielen auf dem Instrument unabdingbar ist. Je stärker man in den Brio pustet, umso größer sind die Kontraktionen des Lippenringmuskels und damit auch der erzielte Trainingseffekt. Neben der Stimulation des Lippenringmuskels wird beim sog. „aktiven Ausatmen“ durch die im Brio vorgegebene Öffnung zudem die Bauch-, Flanken-, und Rückenmuskulatur („Stütze“) aktiviert und trainiert. Insgesamt ein Körpergefühl, was dem realen Spielen auf einem Blasinstrument nahezu gleichkommt. Bereits durch das bloße Halten des Brios (ohne weiteren Luftgebrauch) werden die genann-

ten Muskelpartien trainiert und gefestigt, um dem Luftdruck beim Spielen auf dem Instrument besser Stand zu halten, auch das verspricht die Produktbeschreibung.

Eine weitere mögliche und empfohlene Übung besteht darin, den Brio während des Pustens von den Lippen schnell abziehen. Die Lippenposition sollte sich dadurch nicht verändern. Durch den kleinen Durchmesser des Röhrchens wirkt dem Bläser ein großer Widerstand entgegen, durch das Wegziehen werden die nun „gut positionierten“ Lippen durch die aufgebauete Luftsäule in Schwingung versetzt.

Trainingseffekt

Neben dem Training der Muskulatur rings um den Mund trainiert man auch beim Blasen gegen den Widerstand, wie bereits erwähnt, die Ausatem- und Zwerchfellmuskulatur. Es entwickelt sich auf natürliche Weise ein Feingefühl in der Muskulatur der Lippen um, übertragen auf das Instrument, ein lockeres Spielen zu ermöglichen. Mit dem Brio lässt sich darüber hinaus sehr effektiv die Tonansprache trainieren. Hierzu zieht man den Brio, wie in der Trainingsanleitung empfohlen, aus dem Mund während man hinein bläst. Die Lippen fangen dann sofort an zu vibrieren (Buzzing!). Der Brio ist so konstruiert, dass er auch im Mundstück problemlos platziert werden kann, um die Übungen auch direkt mit dem Mundstück zu praktizieren. Ich finde das eine sehr gute und auch empfehlenswerte Option, da sich das Lippen- und Mundstückgefühl hier doch etwas anders gestaltet als bei den „Trockenübungen“.

Durch das Training mit dem Brio wird dem „Muskelgedächtnis“ der Lippenringmuskulatur eine natürliche und unverkrampfte Lippenposition, die der entgegenströmenden Luft standhält, eingeprägt. Eine tonale Veränderung merkt man bereits nach wenigen Tagen des Trainings. Der Ton wird voller und man produziert einen schöneren und saubereren „Sound“. Darüber hinaus haben sich positive Veränderungen bzgl. der Intonation eingestellt. Ein gleichmäßiger Luftstrom, ein effizienter Einsatz der Ausatemmuskulatur (Stütze) sowie eine gestärkte Lippenringmuskulatur sind Grundlage des Spielens auf einem Blechblasinstrument. Häufige bläserische Probleme wie z.B. eine schlechte Ansprache im Piano, ein zitternder Ton, Probleme im hohen Register, Konditions- oder Intonationsschwierigkeiten sind hierin begründet.

Schnelle Ergebnisse haben sich während der Testphase vor allem im Schülerbereich und bei weniger routinierteren Bläsern gezeigt. Aber auch der fortgeschrittene Bläser kann mit einigen Trainingsminuten am Tag vorhandene Muskeln „konservieren“ und weitere aufbauen. Das Mundteil ist flach und glatt und somit nicht einfach mit den Lippen zu halten. Aufpassen sollte man darauf, dass der Brio nicht unbeabsichtigt auf den Boden fällt, denn dadurch können unschöne und scharfe Kanten entstehen.

Wie bei allen diesen Muskeltrainingsgeräten empfiehlt es sich auch hier auf intensives Training vor Auftritten etc. zu verzichten, da hier der Muskelapparat unvergleichlich mehr als beim Spielen beansprucht wird. Zur „Aktivierung“ der Zwerchfell- und Ringmuskulatur hingegen halte ich einige Trainingswiederholungen vor einem Gig für sehr sinnvoll. Die Spannung der Lippen in Richtung Mittelpunkt zentriert den Ansatz und ist als Warm-up sehr empfehlenswert. Aber das ist subjektiv und sicherlich von Bläser zu Bläser unterschiedlich!

Lieferumfang und Preis

Der Preis für den Brio - Brasstrainer beträgt 59,- \$ laut Angabe des Herstellers. Im Onlineauktionshaus Ebay bietet man das Trainingsgerät für 28,50 Euro zum Sofortkauf bei kostenloser Lieferung an. Die Lieferzeit nach Deutschland beträgt 7 bis 12



Brio Brasstrainer: Das „Muskelgedächtnis“ im Training halten....

Tage. Geliefert wird der Brio in einem Plastiktui (PP) mit beiliegender bebildeter Anwendungsbeschreibung, allerdings ist diese momentan nur in Englisch (oder auch Japanisch) erhältlich. Platzsparend passt der kleine Trainingshelfer in jedes Gigbag.

Fazit

Der Brio Ansatztrainer reiht sich nahtlos in die Riege der bereits am Markt befindlichen Breath- und Choopsbuilder ein. Sicherlich wird das eine Trainingsgerät dem Nutzer mehr oder ein anderes weniger zusagen. Sinnvoll ist der Brio sicherlich für all diejenigen, die mit Ansatzproblemen bzgl. ihrer Lippenstellung zu kämpfen haben. Das Erlernen der Trainingsroutine ist zwar erst ein bisschen gewöhnungsbedürftig aber nach einigen Versuchen hat man's raus. Verbesserungen in der Tonansprache wie auch im Sound sind bereits nach einigen Tagen spür- und hörbar. Der „Wirkungsgrad“ wird sozusagen erhöht und der Ton voller und kontrollierbarer, was schließlich auch eine Verbesserung bzgl. der Intonation mit sich bringt.

Trainings-Intensität und -Rhythmus sind sicherlich individuell unterschiedlich und vom jeweiligen Trainingsfortschritt abhängig. Hier muss sich jeder Bläser selbst, wie auch bei allen anderen muskelstimulierenden Geräten, an das für ihn gewinnbringende Maximum herantasten. Auch der Brio ersetzt das Üben auf dem Instrument nicht, ist aber sicher als zusätzliches Trainingsgerät ein hilfreiches Tool. ■

Produktinfo

Hersteller: Brio Co., Ltd

Modellbezeichnung:
Brio Brasstrainer

Material: Edelstahl, Länge
118 mm

Lieferumfang: bebilderte
Trainingsempfehlung, Plastik-
Case: PP (Polypropylen)

Preis: 59 \$

Kontakt:
Brio Co., Ltd
CEO Yosuke Nishino
Kamimuneoka 4-10-11
Shiki City, Saitama, Japan
Phone : +81-48-487-5597

Email: info@brio-brass.com

www.brio-brass.com

Pro & Contra

- + trainiert gezielt den Lippenringmuskel
- + Muskel- und Atemtraining gleichzeitig
- + verbessert Sound und Intonation
- kein deutscher Vertrieb
- relativ hoher Preis

Anzeige

VOTRUBA

MUSIK

www.votruba-musik.at

Wien mit Tradition Fortschritt

Meisterwerkstätte für Holz- und Blechblasinstrumente

Verkauf - Reparatur - Erzeugung

1070 Wien, Lerchenfelder Gürtel 4 | Tel.: 01/5237473 Fax: -15 | E-mail: musikhausvotruba@aon.at