Best Practice Serie

Höhe und Flexibilität (2)

Wieder freue ich mich, einen weiteren Beitrag zum Thema "effizientes Üben auf einem Brass Instrument" leisten zu dürfen. Sich mit der Effizienz von Übungen auseinanderzusetzen, macht Sinn. Wir wollten ja Musik machen und nicht nur ermüdende Übungsprogramme herunterleiern. "Üben, üben" macht keinen Sinn.

Von Stefan Dünser

ie in diesem Artikel angeführten Übungen sind Höhe und Flexibilität Bereichs, ein Übekonzept, das sich bei vielen Musikern sehr gut bewährt hat. Diese Programme sollen aber auch dazu anregen, ihre ganz persönlichen Übungen zu ent-



Stefan Dünser: Geboren 1968. Trompetenstudium in Feldkirch und Basel bei Edward H. Tarr (Konzertdiplom mit Auszeichnung). Gesangs- und Stimmbildungsunterricht sowie 5 Jahre Unterricht am Jazzseminar Dornbirn. Autor der dreibändigen Trompetenschule "Trompetenfuchs" und "Posaunenfuchs"

Solotrompeter im Sinfonieorchester des Landes Vorarlberg/Bregenz. Seit 1987 Lehrer für Trompete an der Musikschule Dornbirn. Trompeter im Sonus Brass Ensemble mit zahlreichen Tourneen in Europa, Asien und den USA. Stefan Dünser ist international als Lehrercoach tätig sowie gefragter Kursleiter und Juror. Preisträger des internationalen "Find It" Musik-Ideenwettbewerbes der Jeunesse Wien und des "Junge Ohren Preises 2008" Berlin. 2012 "YEAH! Young EARopean Award im Sonus Brass Ensemble für "Rocky Roccoco".

Vorschläge für das Perfektionieren eines speziellen Diesmal geht's um das, was uns Trompeter und Hornisten und auch bisweilen Posaunisten am meisten beschäftigt: die hohe Lage und die bläserische Beweglichkeit. Warum die beiden im Kontext stehen? "Echte Höhe", also solche, die uns nicht nur in Sternstunden, sondern kontinuierlich zur Verfügung steht, ist mit Flexibilität untrennbar verwoben, vielmehr: Sie bedingen einander.

> Spannend! Warum schaut das bei sehr guten Bläsern nur immer so leicht aus? Sind die ganz einfach nur topfit? Das sicher auch – aber in erster Linie sind sie ganz einfach "effizient". Ihre Luftführung, ihre Ansatzkonstellation und ihr zielorientiertes Denken (!) sind optimal miteinander verlinkt.

> Wie eine effiziente Ansatzkonstellation ausschaut? Das ist vom äußeren Ansatzbild nur schwer zu bestimmen, da verschiedene Parameter miteinander korrelieren müssen. Fast alle maßgeblichen Teilbereiche befinden sich unsichtbar im Mund und im Schlund. Folglich wäre jede Ansatzanalyse, ohne Zähne, Zunge, Gaumen und die genaue innere Lippenform eines Bläsers zu kennen – und ihn/sie gehört zu haben –, unseriös. Diese Parameter aufs Korn zu nehmen, wäre spannend, ist aber nicht Thema dieses Artikels.

> Zudem muss etwas immer und immer wieder gesagt werden: Wir sollten zuallererst sowieso immer an unseren Klang und die Musik denken. Das hat einen praktischen Grund: Diese Einstellung beflügelt und entspannt uns. Erst basierend auf diesem Denken und Fühlen kann

unser Gehirn beim Spielen Programme "konstruieren", die ein entspanntes und folglich genussvolles und hochwertiges Spielen ermöglichen!

Ein paar hilfreiche Tipps seien hier angeführt

- Bei größeren Problemen: Lassen sie ihre Ansatzkonstellation mal von einem echten Experten checken.
 Verallgemeinernd kann gesagt werden, dass eine zu offene Lippenstellung, ein auf der Zahnstellung basierendes falsches Ober-/Unterlippenverhältnis oder zu viel Ansatzdruck die meisten Probleme in Bezug auf Höhe verursachen.
- Entscheidend ist auch unsere Übedynamik: Wir sollten den größten Teil unserer Übezeit piano spielen.
 Das ist vor allem dann entscheidend, wenn wir auch flexibel Bindungen spielen wollen! Maurice André sagt zum Beispiel, dass er 95% seiner Übezeit im Piano übte ...
- Die Zunge ist zweifelsohne das wichtigste Organ beim Spielen. Sie formt den Luftstrom und erledigt für uns das, was sonst mühsam mit den Lippen bewerkstelligt werden muss. Der Luftstrom wird durch eine Hoch- oder Tiefstellung der Zunge beschleunigt
- bzw. verlangsamt. Folglich müssen wir die Zunge speziell trainieren. Schon mit wenigen Minuten täglich erzielt man eine große Wirkung. (z. B. ist Übung 4 eine sehr effiziente Zungenübung). Achten Sie darauf, dass ihre Zunge zunächst einen relativ engen Luftkanal am Gaumen bildet und die Atemluft direkt dorthin leitet, wo sie gebraucht wird: auf die Oberlippe. Wenn Sie diese Technik beherrschen (meist nach wenigen Wochen), können Sie beginnen, ihren Luftkanal zu erweitern, um ihre Klangqualität wieder zu verbessern (die kann während der Umstellungsphase etwas leiden).
- Eine tiefe und natürliche Atmung ist immer Grundvoraussetzung. Wahrscheinlich ist das bei 70% der Probleme, die wir mit uns herumtragen, die Ursache: eine unnatürliche, ungenügend tiefe und verkrampfende Atmung. Das beizieht sich nicht nur auf das Spielen ...
- Und: eine immer wieder erstaunliche Erfahrung: Man muss die hohen Töne nicht ständig üben, um sich ihrer bedienen zu können. Die hohe Mittellage reicht völlig aus, sie ermüdet uns beim Üben nicht so schnell und erfüllt dennoch die Funktion ...

Anzeige



Weiter: Alles, was man mit Kraft übt, kann später Und LOS! auch nur mit Kraft wiedergegeben werden: Darum Extremes fast immer nur piano und mit größtmöglicher Leichtigkeit ausführen.

Und überhaupt das Wichtigste: die Einstellung. Ein Problem ist immer eine Herausforderung – und nicht umgekehrt!

Wenn Sie dieses und viele andere Themen interessiert, gibt es in den drei Bänden Trompetenfuchs noch viel mehr Übungen zu diesem Bereich und viel Musik, Musik, Musik ...

Übung 1 (Trompetenfuchs Band 3, S. 118)

Eine super Übung für beide Themenkomplexe in Kombination ... angenehm zu spielen und hocheffizient!

Um den Psychostress bei solchen Übungen zu minimieren, rate ich Ihnen, das Drücken der Ventile als Grund für den Tonwechsel anzusehen (vergleichbar mit dem Drücken von Klaviertasten). Bitte unbedingt alles im Piano ausführen und nur minimalste Bewegungen am äußeren Ansatz zulassen!

ÜBUNG 1



Übung 2 (Trompetenfuchs Band 3, S. 120) Diese Übung ist eine klassische Max Schlossberg Übung. Schlossberg war einer der tollsten Lehrer Anfang des 20. Jahrhunderts in den USA.

Der wahre Gewinn dieser Übung liegt darin, den Oktavsprung am Ende jeder Phrase "auf dem Weg noch so locker mitzunehmen" und ihn so als völlig unproblematisch zu erleben …

ÜBUNG 2



Anzeige



Übung 3 (Trompetenfuchs Band 3 S. 119)

Ich lade Sie bei dieser Übung dazu ein, die Genialität Ihres Gehirns zu nutzen: Ihre Einstellung. Die erste Note ist dabei "einfach auch noch dabei", die

zweite Note die Hauptnote, die dritte Note wird dann durch einen kleinen Zungenschnalzer produziert, also ein Hochschnellen der Zunge (wie beim Pfeifen, wenn man in die Höhe geht, bitte ausprobieren ...)

ÜBUNG 3



Übung 4 (Trompetenfuchs Band 3, S. 124)

Wow, diese Übung ist hocheffizient! Ein super Training für die Zunge! Schon nach 2-3 Tagen spürt man massive Veränderungen ...

Bitte zu Beginn schön langsam in Achtelnoten gefühlt ausführen. Wieder alles im Piano und völlig ohne Druck spielen.

Erste Methode: Jede Übung 2-3 Mal so wie geschrieben nacheinander wiederholen, alles mit Griff 1/3. Für die Ehrgeizigen weiter mit den Griffen 2/3, dann 1/2, dann 1, 2, 0. Aber Vorsicht, nicht übertreiben, Pausen machen! Nächstes Mal geht's um Ausdauer und Kraft!

führen. Wieder alles im Piano und völlig ohne Druck spielen. Viel Freude und Erfolg wünscht Ihnen Stefan Dünser

ÜBUNG 4





