

# Best Practice Serie Sonic

Ich habe mich auf das Schreiben dieser Serie von praktischen Übungen für Blechbläser sehr gefreut. Sich mit der Effizienz von Übungen auseinanderzusetzen, macht Sinn. Je zielgerichteter unser Übungsprogramm ist, desto mehr Zeit bleibt uns für Musik: Wer sein stets gleich bleibendes zweistündiges Trainingsprogramm täglich jahrelang brav absolviert, entdeckt irgendwann, dass er das aus den Augen verloren hat, was einst der Grund war, wieso er/sie begonnen hat, ein Instrument zu spielen: Wir wollten Musik machen und nicht nur Tonleitern rauf- und runterspielen. „Üben, üben“ macht keinen Sinn.

Von Stefan Dünser



**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“.

**S**o ist diese Serie in fünf Teilen zu verstehen: Sie soll uns Arbeit ersparen. Auch soll sie unser Denken auf das Wesentliche lenken. Üben ist sehr individuell. Die vorgestellten Übungen sind nur Vorschläge, ein Übekonzept, das bei vielen Musikern sehr gut funktioniert. Die vorgestellten Programme sollen aber auch dazu anregen, seine ganz persönlichen Übungen zu entwickeln!

**Das sind die Themen der Serie (monatliche Weiterführung):**

- **Einspielen (in 12 Min.)**
- **Höhe und Flexibilität**
- **„Song and Wind“ (Arnold Jakobs)**
- **Artikulation und Luftfluss**
- **Ausdauer und Kraft**

An dieser Stelle bedanke mich bei allen, die meine Schule „Trompetenfuchs“ in drei Teilen zur meistverwendeten Brass-Schule in Deutschland gemacht haben. Die Übungen dieser Serie sind diesen Büchern entnommen. Natürlich

finden sich in diesen Schulen noch viel mehr tolle Übungen und vor allem Musik, Musik, Musik.

## Erster Teil der Serie:

### Einspielen bei Blechbläsern – wie sinnvoll ist das wirklich?

Da gehen die Meinungen auseinander. Es gibt Brass-Gurus, die behaupten, einspielen sei völlig sinnlos. Durch den Kontakt zu vielen der Besten weiß ich: Alle „spielen sich ein“. Vieles hat mich dabei richtig verblüfft. Raten sie z. B. mal, welche die Lieblingsübung von Ole Edward Antonson ist? Die zweite Studie von Clarke. Täglich in Viertelnoten schön sauber zelebriert, so lange, bis es schön klingt. Das sagen übrigens die meisten, von Hans Gansch bis zu Arnold Jakobs: „so lange, bis es schön klingt.“

Jeder Tag fühlt sich völlig verschieden an. Es gibt Sternstunden, bei denen sich Atemapparat und Ansatz sofort wunderbar anfühlen, wo man schon zu Beginn fast alles spielen kann. Aber es gibt auch Tage, an denen sich unser ganzes Ansatzgefüge zu Beginn noch nicht so angenehm anfühlt, wo wir noch nicht Zugriff auf unser vertrautes Spielgefühl haben. Außerdem besteht zu Beginn eine

hohe Verletzungsgefahr, weil die spieltechnisch relevanten Muskeln noch nicht die notwendige Elastizität besitzen. Auch die Atemmuskeln (!) sind noch nicht elastisch und leistungsfähig genug.

Aus dem Sport gibt es viel zu lernen, da sind Dehnen und Aufwärmen eine Selbstverständlichkeit.

### Einspielen

**Einspielen wie die Profis. Das Motto lautet: Jeden Tag leicht variiert, je nach Tagesverfassung und Geschmack.**

Es ist ratsam, unser volles Ohrenmerk (...) schon von erstem Ton an auf Klang und Musik zu lenken und nicht primär auf Ansatz und Funktionalität.

Die ersten Töne sind zu kostbar, um sie nicht positiv zu nutzen.

Roger Bobo sagt: „Stell dir den besten Musiker in deinem Kopf zuerst vor und versuch dann, genau so zu klingen wie er.“ So mancher Brass-Guru legt seinen Fokus nur auf das Funktionelle, was teils furchtbare Folgen hat. Wir müssen laut Adolph Herseth (Ex Solotrompeter Chicago) nicht versuchen, gut zu spielen, sondern zunächst „gut zu klingen“, denn der Ton macht bekanntlich die Musik. Wenn man als Musiker gefragt sein will, muss man einfach fantastisch klingen, das C4 ist da nur klägliche Nebensache ...

Hans Gansch sagte mal zu seinem Einspiel: „Ich spiele so lange nur einfache Töne, bis mein Ton schwingt.“

Körperliche Präsenz und geistige Wachheit sind die Urgründe, aus denen wir unser abrufbares Können schöpfen. Die körperliche Komponente beabsichtigt ein sich immer wieder aus Neue Anfreunden mit dem Körper, kein sich Bemächtigen, sondern ein „freundliches Bewohnen“.

Vom geistigen Standpunkt aus spielt die Wachheit und die hohe „Beobachtungsgabe“ eine ähnliche Rolle wie die Königsdisziplin: die Vorstellung im Kopf. Denn wir sind morgen, was wir heute denken und uns eben „vorstellen“.

Der amerikanische Tubaguru Arnold Jakobs drückt das so aus: Zuerst kommt die Vorstellung im Kopf, wie man klingen möchte, dann kommt mehr oder weniger präzise das heraus, was wir uns eben vor-gestellt haben. Das ist beim Einspielen der Leitgedanke – wir sollen uns in eine uns gefällige Klangwelt „hineinspielen“.

Klingt alles logisch, aber in der Regel schauen wir zuerst mal „was heute so rauskommt“ und korrigieren dann mühevoll das Gespielte. Schlimmer noch, das zufällig produzierte „Ungeliebte“ bleibt oft tief in unserer körperlichen Erinnerung hängen.

Eine weitere wichtige Sache: Die Pausen beim Einspiel, die mindestens so wichtig sind wie das Spielen selbst! Der

Anzeige

Instrument	Piccolo-Flöte □	Flöte □ Kopf- stücke ■	Altflöte □ Bass-Flöte ■ Contra-Bass- Flöte ▲	Klarinetten in B □ in A ■	Klarinetten in C □ in Es ■	Alt- Klarinette □ Bass- Klarinette ■	Oboe □ Englisch- Horn ■	Fagott	Sopranino- Sax	Sopran-Sax gerade □ gebogen ■ Alt-Form ▲	Alt- und Tenor-Sax	Bariton- Sax □ Bass-Sax ■
<b>Fabrikat</b>												
Adler				□ ■		■		□				
Altus		□ ■	□ ■									
Amati				□								
Azumi		□										
Belcanta						■						
Brannen		□ ■										
Buffet				□ ■	□ ■	□ ■	□				□	
Bulgheroni	□						□					
Burkart-Phelan	□	□										
Eastman, Andreas		□										
Faulisi		■										
Hammig A.R.	□	□	□									
Hammig Joh.Ger.	□	□										
Hammig Ph.	□	□	□ ■									
Haynes	□	□										
Jupiter	□	□	□ ■	□		■				□	□	□
Keefe, Jim	□											
Keilwerth, J.										□ ■	□	□ ■
Keilwerth, R.				□ ■	□ ■							
Kotato		□	□ ■ ▲									
Lafin		■										
Leblanc, Fr.				□ ■	□ ■	□ ■						
Lorée							□ ■					
Marigaux							□ ■					
Mateki		□ ■										
Miyazawa		□ ■	□									
Mönnig							□ ■	□				
Moosmann				□				□				
Muramatsu		□	□									
Nagahara	□	□ ■										
Pearl	□	□ ■	□									
Powell	□	□ ■										
Sankyo	□	□ ■	□									
Schreiber				□ ■				□				
Seaman	□											
Selmer, Paris				□ ■	□ ■	□ ■			□	□ ■	□	□ ■
Sheridan		■										
Stowasser				□								
Strasser							□					
Trevor James		□	□							□ ■ ▲	□	□
Uebel				□ ■	□ ■	■						
Wolf								□				
Wurlitzer, Cl.				□								
Wurlitzer, P.K.				□								
Yamaha	□	□	□ ■	□ ■		□ ■	□			□ ■	□	□
Yanagisawa									□	□ ■ ▲	□	□

WOODWIND

Weitere Fabrikate auf Anfrage:

Friedrichring 9  
79098 Freiburg

Postfach 1153  
79011 Freiburg

Tel.: +49 (0) 761 - 27 30 90 - 0  
Fax: +49 (0) 761 - 27 30 90 - 60

info@musik-bertram.com

www.musik-bertram.com



Muskel benötigt diese Auszeit dringend, um sich dehnbar zu machen und auch zu regenerieren.

Ein Wort zu James Stamp: Natürlich sind die Übungen von Stamp (Pedaltöne & Co) fantastisch, diese können aber aus rechtlichen Gründen hier nicht abgebildet werden.

Dauer dieses Einspielprogramms samt Pausen: ca 12 Minuten.

### Atem-Übungen

Wer weiß es nicht: Der Atemfluss ist das A und O. Die Devise lautet konsequent: Bevor der Atem nicht kraftvoll und gänzlich unverkrampft fließt, läuft nichts. Das Atemvolumen ist dabei immer die große Herausforderung. Man sollte auch versuchen, mit „Warmluft“ (in der Vorstellung von ganz innen) anstelle von „Kaltluft“ zu spielen, so kann man rasch auf die ganze Palette von Obertönen, die im Körper erzeugt werden, zugreifen. Eine wichtige Erfahrung: Wenn der Atemapparat gut aufgewärmt ist (was mit der angeführten „Atemfaust nach Arnold Jakobs“ meist in 3 Minuten erreicht werden kann), können wir die Hälfte der Einspielübungen, die wir schon unser ganzes Bläserleben lang herunterbeten, getrost beiseitelassen: Bitte ausprobieren!

Schon zwei Minuten tägliches Atemtraining wirken Wunder. Nahezu alle großen Musiker haben verschiedene Übungen im Repertoire, eine fantastische Übung ist hier vorgestellt (so kann man sich auch die ganzen überbeurteilten Atemtrainer getrost sparen!).

Ein Beispiel (im Trompetenfuchs sind noch mehr Übungen zu finden, auch für Kids):

### Arnold Jakobs Atemfaust:

Durch die geballte Faust (... also mit leichtem Widerstand) ein- und wieder ausatmen, die Finger dabei nur so weit öffnen, dass man ordentlich saugen muss, um genügend Luft in relativ kurzer Zeit einsaugen und wieder auspusten zu können), eine wahre Wunderübung! (5-10 Mal wiederholen).

### Mundstück-Spiel

Der Luftwiderstand, den uns die Mundstückbohrung beschert, kann unser größter Freund, aber auch ein hartnäckiger Feind sein – wenn der Hals den Luftwiderstand abfängt, ist „der Hals zu“. Mundstück-Spiel kann das verhindern.

Beim Spielen von einfachen Übungen oder noch besser Melodien kann sich der Körper täglich aufs Neue mit diesem Widerstand anfreunden und ihn sogar nutzen.

Überhaupt gilt das MS-Spielen bei den meisten Profis als effiziente Methode, die optimale Schwingungsresonanz von Lippen und Körper rasch zu erreichen. 2-5 Min. täglich, je nach Tagesverfassung, reichen.

Was man dabei für Übungen spielt, ist gar nicht mal so bedeutend wie die Tatsache, dass man es tut. Ich rate allen, dabei völlig auf den Stoß zu verzichten, die Töne anzuhäuschen, um so dem optimierten Luftfluss Priorität zu geben. Zielführend ist dabei auch, dass man die Übungen immer von der Mittellage aus startet. Ein Beispiel sei hier angeführt:

usw.

Beispiel nach oben und unten alterierend üben. ca. 2-5 Min./Tag