

K a r i n P l o o g

# voicecoaching

Das Trainingskonzept für Gesangstechnik

# Einführung

Schon seit langer Zeit ging ich damit schwanger, ein Buch über Gesangstechnik speziell für den Popularbereich zu schreiben.

Nun kannst du dich ja fragen, „Was soll ich mit all der Theorie, wozu sollen die Übungen gut sein? – Ich kann ja schon sehr gut singen, und alles, was ich mache kommt doch richtig gut an.“ OK – durchaus ein Argument – aber es gibt so viele Dinge an und in deiner Stimme zu entdecken, die erst nach einiger Zeit wirklich begreiflich werden. Mit deiner Stimme hörst du nie auf zu lernen ... und günstiger ist es allemal, mit der „richtigen“ Anleitung zu üben.

Wenn du also bereits einen Gesangslehrer hast, der auch speziell mit dir in Richtung Rock/Pop arbeitet, bist du verdammt glücklich dran – denn diese Lehrer sind selbst heutzutage noch ziemlich rar in Deutschland. Ich kenne den Fall eines Studenten, der schlaffe 12.000 DM für seine Gesangsstunden investierte und nicht einmal wusste, wie er sein Zwerchfell richtig zu benutzen hatte, bzw. er kannte diesen freundlichen und wichtigen Helfer eines Sängers überhaupt nicht!

Vielleicht kann ich dir helfen den richtigen Gesangslehrer aufgrund dieses Buches zu finden. Wenn du theoretisch gut gebildet bist, lässt du dich weniger von schlechten Lehrern „über den Tisch ziehen“. In diesem Falle ist Wissen immer noch Macht.

Klarstellen möchte ich aber auch, dass ich nicht allwissend bin, obwohl ich bereits 17 Jahre als Dozentin im Kontaktstudiengang Populärmusik an der Hochschule für Musik und Theater in Hamburg arbeite, über die entsprechende akademische Qualifikation verfüge und auch schon recht erfolgreiche SängerInnen/Bands durch „meine Schule“ gegangen sind. Ich arbeite als freie Sängerin im Musical und in der sogenannten gehobenen U-Musik im In- und Ausland.

Viele der theoretischen Ansätze sind in der Fachliteratur ausführlich beschrieben. Ich habe jedoch die Erfahrung gemacht, daß man die Theorie nicht immer vollständig auf jeden Sänger übertragen kann und daß daher nicht die Theorie das letzte Wort haben sollte, sondern letztlich das Individuum des Schülers entscheidend ist. Daher stimmen einige Ausführungen in diesem Buch nicht unbedingt mit anderen Lehrwerken überein.

Auf der einen Seite möchte ich dir in diesem Buch die Theorie nahebringen – andererseits auch wichtige praktische Lernhilfen in Form von Übungen und Erklärungen vermitteln.

Wenn dich das alles also nicht abschreckt, dann lass uns mal loslegen ...

# Inhaltsverzeichnis

Einführung .....	5
<b>I. Grundlagen .....</b>	<b>7</b>
Grundsätzliches .....	8
Der Stimmtest .....	10
Die Atemtechnik .....	12
Die Lungen .....	12
Das Zwerchfell (Diaphragma).....	13
Die Bauchmuskeln (Abdominalmuskeln) .....	14
Rekapitulation .....	15
Einatmer und Ausatmer .....	17
Atemübungen .....	19
Die Haltung beim Singen .....	24
Öffnung des Unterkiefers bei den verschiedenen Tonhöhen .....	27
<b>II. Übungen .....</b>	<b>29</b>
<b>A) Grundübungen .....</b>	<b>30</b>
Erläuterungen zu Übung 1 und Übung 2 .....	30
Übung 1 .....	31
Übung 2 .....	32
Übung 3 .....	33
Übung 4 .....	34
Übung 5 .....	35
Übung 6 .....	36
Übung 7 .....	38
Übung 8 .....	39
Übung gegen Übergangsprobleme (Registerwechsel).....	42
<b>B) Aufbauübungen .....</b>	<b>43</b>
Übung 1a/2a .....	43
Übung 1b/2b .....	44
Übung 1c/2c .....	45

Übung 3a .....	46
Übung 3b .....	47
Erläuterungen zu den Übungen 4a-c .....	48
Übung 4a .....	49
Übung 4b .....	50
Übung 4c .....	52
Übung 5a/8a .....	53
Übung 5b/8b .....	54
Übung 5c/8c .....	55
Übung 7a .....	56
Übung 7b .....	57
Übung 7c .....	58
Übung 7d .....	59
<b>C) Profi-Aufbauübungen .....</b>	<b>60</b>
Übung P 1 .....	60
Übung P 2 .....	61
Übung P 3 .....	62
Übung P 4 .....	63
Übung P 5 .....	64

### **III. Stilistik und Interpretation im Popbereich .....** 65

Was ist Stil? .....	66
Was ist Interpretation? .....	67
Interpretationstechnik .....	68
Wie interpretiere ich den Song? .....	69
Technisches Erarbeiten eines Songs .....	69

### **IV. Tips und Tricks .....** 73

Einsingen (Warmup) .....	74
Instrument spielen und Singen .....	74
Konditionstraining .....	75
Lampenfieber .....	76
Mehrstimmiges Singen .....	76
Mikrofonsingen .....	77
Singen und Tanzen .....	78
Soundcheck .....	78
Studioarbeit .....	79

<b>V. Die Anatomie des Stimmorgans</b> .....	81
Die Lungen .....	82
Die Luftröhre (Trachea) .....	84
Das Zwerchfell (Diaphragma) .....	85
Das Zungenbein (Hyoid) .....	86
Der Kehlkopf (Larynx) .....	87
Das Stützgerüst des Kehlkopfes .....	88
Die Kehlkopfmuskulatur .....	90
Die Stimmlippen (Labia Vocalia) .....	95
Wie wird die Stimme erzeugt? .....	97
Das Innere des Kehlkopfes .....	99
Das Ansatzrohr .....	102
Der Rachenraum .....	103
Der Nasenrachen .....	104
Die Mundhöhle (Cavoum Oris) .....	104
Der weiche Gaumen oder das Gaumensegel (Velim palatium) .....	105
Die Nasenhöhle .....	105
Die anatomischen Strukturen bei der Klangbildung .....	107
Register .....	109
Das Vibrato einer Stimme .....	111
Offenes und gedecktes Singen .....	111
Das Näseln .....	112
Knödeln .....	113
Literaturverzeichnis .....	114
Mein besonderer Dank .....	115
CD-Verzeichnis .....	116