

Lektion 2 - Zusammenfassung



Stütze

Stütze, auch aktives Ausatmen genannt, ist ein ganz natürlicher, alltäglicher Vorgang. Dabei werden automatisch diverse Muskeln angespannt, welche die Luft aktiv aus den Lungen herausbefördern.

Du musst Stützen, genau wie das Einatmen übrigens, nicht neu lernen, denn schon dein erster Schrei als Baby war perfekt gestützt. Es geht also "nur" um das Anwenden beim Trompetespielen.

Drücke deine Finger in die Flanke und mache laut "tssss". Du merkst, wie sich dabei die Muskulatur anspannt, wie das so einen richtigen Impuls gibt. Mache das zu Beginn immer ein paar Mal um dir des Wechsels von Anspannung/Entspannung, Stütze/Einatmen gewahr zu werden.

Diesen Wechsel von Anspannung und Entspannung machst du auch bei der Etude. Du spielst den ersten Ton ganz bewusst gestützt und dann bleibt die Stütze bis zum nächsten Einatmen. Spiele die Etude für diesen Aspekt so, dass du jeweils 4 Töne spielst, dann bewusst locker lässt und atmet und dann wieder 4 usw

Luftfluß

Seifenblasen pusten - Du wirst merken, es braucht nicht viel Kraft sondern eher Geschicklichkeit und kommt einem lockeren Spiel auf der Trompete doch erstaunlich nahe.

Gähnen oder gegähnt einatmen. Hier fühlt sich der Hals weit und offen an und die Idee ist, dass Du dann mit Trompete gähnend einatmest und versuchst diese offene Einstellung hier im Hals beizubehalten, wenn du dann spielst. Schnitt

Einatmung

Siehe Videopräsentation.

Das wendest du so an, dass du bei jedem Einatmen kurz innehältst und bewusst gute Bedingungen für die Atmung schaffst und dann weiterspielst.