

Gesang

Klaus Heizmann

200 Einsing-Übungen

für
Chöre
und
Solisten



ED 9483

 SCHOTT

200 Einsing-Übungen
für Chöre und Solisten

Klaus Heizmann

200 Einsing-Übungen
für Chöre und
Solisten

ED 9483



Mainz · London · Berlin · Madrid · New York · Paris · Prague · Tokyo · Toronto

© 2002 SCHOTT MUSIC GmbH & Co. KG, Mainz · Printed in Germany

*Victoria und Magnus
gewidmet*

Von diesem Buch ist eine
englische Übersetzung erschienen:
Vocal warm-ups
200 Exercises for Choral
and Solo Singers
Schott ED 9564

In Zusammenarbeit mit:



Haus der Musik, Wiesbaden

© 2002 Schott Music GmbH & Co. KG, Mainz
Bestellnummer: ED 9483
ISBN 978-3-79-571625-7
Umschlaggestaltung: Dorothee Krämer / H. J. Kropp
Zeichnungen: Sonja Wegener
BSS 50712

Inhaltsverzeichnis

1. Körperliche Lockerungsübungen	9
2. Die richtige Körperhaltung	12
3. Modelle für das Einsingen	14
4. Atemübungen	16
5. Übungen zur bewussten Zwerchfellatmung	18
6. Übungen zur Lockerung und Weitung des Ansatzrohres	20
7. Vokale Lockerungsübungen	22
8. Übungen zur Vokalbildung und zum Vokalausgleich	36
9. Übungen zum Lagenausgleich	44
10. Resonanzübungen	48
11. Übungen zur Lockerung und Aktivierung der Lippen	53
12. Dynamische Übungen	55
13. Einsingübungen in Verbindung mit Gehörbildung	57
14. Einsingübungen kombiniert mit Übungen zur Entwicklung des Rhythmusgefühls	61
15. Begleitschemen und Aufführungsmöglichkeiten	66
Der Autor	70

Vorwort

Ein ausgewogener, homogener und natürlicher Chorklang kommt nicht von alleine, sondern muss durch gezielte Übungen erlernt und „erhört“ werden. Chorische Stimmbildung kann und will nicht den Sängerinnen und Sängern eine künstlerische Gesangsausbildung vermitteln, sondern nur das nötige handwerkliche Rüstzeug mit auf den Weg in eine fruchtbare Chorarbeit geben.

Die Bedeutung der chorischen Stimmbildung ist erfreulicher Weise in den letzten Jahren immer mehr und mehr erkannt worden. Diese Ausgabe soll dazu dienen, dass sich Chorleiterinnen und Chorleiter aus einer reichen Fundgrube mit Übungen bedienen können. Diese habe ich auf meinen vielen Reisen bei professionellen Chören und Laienchören im In- und Ausland gesammelt. Alle Chorleiter, mit denen ich über dieses Projekt sprach, hatten eines gemeinsam: Sie waren immer auf der Suche nach neuen interessanten Einsingübungen, denn das jahrelange Singen immer derselben Übungen bringt Unkonzentriertheit und Langeweile. Ich wünsche mir deshalb, dass mit diesen Einsingübungen frischer Wind in die Chöre kommt und dass man vor jeder Übungsstunde darauf gespannt ist, mit welchen Überraschungen der Chorleiter die Zeit des Einsingens gestaltet.

Es ist unerlässlich, dass man den Chorsängern immer wieder erklärt, wie wichtig diese Einsingübungen sind. Nämlich genauso wichtig wie das Aufwärmen eines Sportlers zu Beginn eines Trainings oder vor einem Wettkampf. Wenn auch der Einzelne am Anfang bei sich keine allzu großen Fortschritte wahrnimmt, wird die Summe der kleinen Verbesserungsschritte beim einzelnen Chorsänger den Gesamtchorklang erheblich verbessern. Ermüdungserscheinungen werden seltener und das Volumen und der Klang des Chores werden an Intensität, Homogenität und Farbigkeit gewinnen. Außerdem wird die Stimme tragfähiger, geschmeidiger und widerstandsfähiger. Wichtig ist, dass sich der Chorleiter intensiv mit seiner eigenen Stimme beschäftigt, denn alle vorgeschlagenen Übungen sollte er an seiner eigenen Stimme mehrmals ausprobieren, bevor er vor den Chor tritt. Er sollte nur solche Übungen einsetzen, mit denen er selber auch gut zurechtkommt.

Da dieses Buch international vertrieben wird, wird auch die international gebräuchliche Notation angewandt: Achtelbalkung statt Achtelfähnchen. Die am Ende jeder Einsingübung notierten kleinen Stichnoten geben an, wie hoch und tief die Übung gesungen werden sollte. Dies sind aber nur Anhaltspunkte, die gerne unter- bzw. überschritten werden dürfen. Ebenfalls sind alle dynamischen Zeichen nur Wegweiser und keine bindenden Anweisungen.

In ihren Zielrichtungen gibt es bei den Einsingübungen viele Überschneidungen. Da ist z. B. eine Übung für den Vokalausgleich ebenso ein gutes Training für die Erweiterung des Stimmumfangs oder der Dynamik. Manche Übungen werden Kinderchöre mit Begeisterung singen, wie z. B. 7.22, und Erwachsenen nur ein müdes Lächeln entlocken. Pflücken Sie sich aus diesem Grund aus dem großen Erfahrungsschatz vieler Chöre und Solisten den richtigen Blumenstrauß an Übungen für Ihren ganz speziellen Bedarf.

Die menschliche Stimme ist das sensibelste und empfindlichste aller Instrumente. Nur mit schonendem und verantwortungsvollem Einsatz über Jahrzehnte hinweg kann man sie gesund und leistungsstark erhalten. Die chorische Stimmbildung und diese Einsingübungen können dazu einen wertvollen und bleibenden Beitrag leisten.

Klaus Heizmann