Inhaltsverzeichnis

Vorwort 2

1. Die Stimme, das Instrument 7

1.1 Gesamtüberblick über den Sitz der Stimme im Körper 10

1.2 Die Atmung 11

1.2.1 Wie funktioniert der eigentliche Atemvorgang? 12

1.2.2 Was tut sich bei der Atmung genau? 17

1.2.3 Der Weg der Luft durch unseren Körper 18

1.2.4 Wieviel Luft habe ich eigentlich zur Verfügung? 20

1.2.5 Die natürliche Atembewegung 22

1.3 Die Stimmfunktion 24

1.3.1 Wo befindet sich der klangliche Ursprung der Stimme? 25

1.3.2 Wie funktioniert die Stimme? 25

1.3.3 Welche Aufgabe hat die Stimmfunktion für unseren Körper? 28

1.3.4 Welche Aufgaben hat der Kehlkopf? 29

1.3.5 Wie ist der Kehlkopf aufgebaut? 30

1.3.6 Wie funktioniert der Kehlkopf? 34

1.3.7 Was machen unsere Stimmlippen beim Sprechen oder Singen? 39

1.4 Resonanzen 43

1.5 Die Artikulation 52

1.5.1 Worin liegt die gegenseitige Beeinflussung von Wortformung und Gesang? 53

1.5.2 Der Kiefer 55

1.5.3 Die Zunge 61

1.5.4 Die Mundlippen 64

1.5.5 Wie setzen wir unsere Artikulationswerkzeuge ein? 65

1.5.6 Die Konsonanten 66

1.5.7 Die Vokale 71

1.5.8 Das "H" und der "Knacklaut" 75

1.6 Die Körperhaltung 76

2. Der Weg vom Sprechen zum Singen 87

2.1 Die Entwicklung deiner Stimme – Lernen durch Imitation 91

2.1.1 Das Kleinkind 91

2.1.2 Das Schulkind 93

2.1.3 Stimmbruch – Vom Kind zum Erwachsenen 95

2.1.4 Der kleine Unterschied – Mann – Frau 96

3. Der gesungene Ton 101

3.1 Von der Schwingung bis zum Ton 103

3.1.1 Die Tonfarbe 103

3.1.2 Die Obertöne ... 105
3.1.3 Wie steht es um dein Tonerinnerungsvermögen? ... 107
3.1.4 Die Stimmgabel ... 108
3.2 Vom Hören zum Singen ... 109

4. Der Gesangssound ... 115
4.1 Dein Körper ... 117
4.2 Die Persönlichkeit ... 118
4.3 Deine Vorbilder ... 119

5. Der Stimmumfang ... 121
5.1 Stimmgattung/Stimmlage/Stimmfarbe ... 126
5.2 Die Register – Von der Bruststimme zur Kopfstimme ... 131

6. Singen und Üben ... 135
6.1 Wann macht es Sinn zu üben? ... 137
6.2 Wo macht es Sinn zu üben? ... 139
6.3 Was macht Sinn zu üben? ... 141

7. Wie übst du was? ... 143
7.1 Atmung: Was ist eine gute Atmung? ... 144
7.1.1 Die Atmung beim Singen ... 145
7.1.2 Wie nutzen wir unsere Atmung beim Sprechen oder Singen? ... 148
7.1.3 Was für Auswirkungen haben unsere Emotionen auf unsere Atmung? ... 148
7.1.4 Die Bewegungsatmung ... 150
7.1.5 Die Tiefatmung/Normalatmung – Wie atme ich am ökonomischsten? ... 151
7.1.6 Die Hochatmung – Warum gibt es verschiedene Atmungsformen? ... 152
7.1.7 Die Singatmung – Die Atmung mit Tonbildung ... 154
7.1.8 Der lange Ton ... 155
7.1.9 Wie mache ich meinen Ton lauter? ... 159
7.2 Körperübungen: ... 160
7.2.1 Im Liegen ... 160
7.2.2 Im Sitzen ... 161
7.2.3 Im Stehen ... 162
7.2.4 Das Hängenlassen ... 163
7.2.5 Das Päckchen ... 164
7.2.6 Das Körperresonanzgefühl ... 164
7.3 Die Intonation ... 165
7.4 Das Keyboard als Übungshelfer ... 174
7.5 Artikulation ... 178
7.5.1 Vokalübungen ... 178
7.5.2 Die Konsonanten ... 182
7.5.3 Der Stimmeinsatz ... 182

7.6 Mit Noten? – Ohne Noten? 184
7.7 Die Tonabstände – Intervalle 186
7.7.1 Wie werden die Tonabstände bezeichnet? 189
7.7.2 Der Fünftonraum 192
7.7.3 Die Intervall-Liste 198
7.7.4 Alternative Notationsformen 200
7.7.5 Erweiterung des Fünftonraumes 202
7.7.6 Der Oktavraum 202
7.7.7 Intervall-Ketten 203
7.8 Das Rhythmusgefüge 206
7.9 Generelles zum Üben 209

8. Mehrstimmiges Singen 211
8.1 Was unterscheidet Chorgesang von Sologesang? 213
8.2 Die Stimmeinteilung 214
8.3 Chorübungen 214
8.3.1 Übungsblock – Summen/Aufwärmen 215
8.3.2 Übungsblock – Vokale 216
8.3.3 Übungsblock – Mehrstimmigkeit 217
8.3.4 Chor in der Band 219

9. Stimmprobleme 221
9.1 Die Stimme – und ihre Probleme 222
9.2 Der Sänger und sein Schal 224
9.3 Was ist eigentlich Heiserkeit? 225
9.4 Des Sängers größter Alptraum - Stimmbandknötchen 226
9.5 Sind Sänger Sportler? 227
9.6 Was ist gut für einen Sänger? 228

10. Der Sänger und die Musik 233
10.1 Was unterscheidet den "klassischen Sänger" von anderen Sängern? 235
10.2 Die speziellen Anforderungen an die Musikrichtung 236
10.3 Was heißt eigentlich "musikalisch"? 237
10.4 Dein Selbstverständnis als Sänger 238

CD-Index 242

Anhang 243