

Systematischer Aufbau des Kurses

Autogenes Training

Atmen, Lebensfluss, Lebensfreude (großes Thema, theoretisch vorab erarbeiten)

auch Musik muss Atmen Pausen an den richtigen Stellen, Phrasierung, Gliederung musikalischer Gedanken, Inspiration, Lebenshauch,

Übungen

Daumen

ganze rechte Hand

linke Hand

Üben schneller Passagen in kurzen Fragmenten

jede Stunde aufbauen, wie eine Übungsstunde, in 20 Minutenthemen

rhythmisieren des Workshops

Vorteile:

jedem Anfang wohnt ein Zauber inne jedesmal neue Offenheit unvoreingenommenheit neue Disposition, verändertes Herangehen, neue Konzentration, mehr Frische und Effizienz, mehr Lust und Kurzweile. leichteres Integrieren des Übens in den Alltag, mehr Kontinuität wird möglich. Erkenntnis kommt aus besuchten Workshops, sowie aus eigener Übungserfahrung.

Der Daumen als Rückgrat unseres Spiels.

Wechselbass

separates betrachten der Bassstimme

Wechselschlag mit dem Daumen

Das schnelle Abrollen über die drei Basssaiten

Neue Netze

Theorie erarbeiten und vorausschicken. Dann Übertragung auf das Gitarrenspiel.

Neue Bewegungsmuster bewirken neue Vernetzungen im Gehirn und befähigen zu mehr Flexibilität. Im Musikalischen und allgemein.

Balancieren der Hände

ausgleichende Förderung der schwächeren Finger

(meine Hammer on Übung überkreuz, bis zum kleinen Finger)

Konkrete Vorschläge für Übungsprogramme auch bei wenig Zeit