

Anhang

TRAININGSPLAN

| Datum: | | | | | | | | | | | | | | | |
|------------------------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Übung: | R | T | W | R | T | W | R | T | W | R | T | W | R | T | W |
| 1) Naturtonbindungen | | | | | | | | | | | | | | | |
| a. 2 Töne aufwärts | | | | | | | | | | | | | | | |
| b. 2 Töne abwärts | | | | | | | | | | | | | | | |
| c. 3 Töne | | | | | | | | | | | | | | | |
| d. 4 Töne | | | | | | | | | | | | | | | |
| e. 5 Töne | | | | | | | | | | | | | | | |
| f. 6 Töne | | | | | | | | | | | | | | | |
| g. 6 Töne Triolen | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2) Kontratonbindungen | | | | | | | | | | | | | | | |
| a. Oktave abwärts | | | | | | | | | | | | | | | |
| b. Geisternoten | | | | | | | | | | | | | | | |
| c. Oktavbindungen | | | | | | | | | | | | | | | |
| 3) Buzzing | | | | | | | | | | | | | | | |
| a. 3 Töne | | | | | | | | | | | | | | | |
| b. 3 Töne zum vierten | | | | | | | | | | | | | | | |
| c. 4 Töne | | | | | | | | | | | | | | | |
| d. 4 Töne zum fünften | | | | | | | | | | | | | | | |
| e. 5 Töne | | | | | | | | | | | | | | | |
| f. 5 Töne zum sechsten | | | | | | | | | | | | | | | |
| 4) Caruso | | | | | | | | | | | | | | | |
| a. halbe/ganze | | | | | | | | | | | | | | | |
| b. chromatisch | | | | | | | | | | | | | | | |
| 5) Triller | | | | | | | | | | | | | | | |
| a. 2-1-2-3 Achtel | | | | | | | | | | | | | | | |
| b. 3-2-3-4 Achtel | | | | | | | | | | | | | | | |
| c. 4-3-4-5 Achtel | | | | | | | | | | | | | | | |
| d. 5-4-5-6 Achtel | | | | | | | | | | | | | | | |
| e. 1-2-1-2 Pyramide | | | | | | | | | | | | | | | |
| f. 2-3-2-3 Pyramide | | | | | | | | | | | | | | | |
| g. 3-4-3-4 Pyramide | | | | | | | | | | | | | | | |
| h. 4-5-4-5 Pyramide | | | | | | | | | | | | | | | |
| i. 5-6-5-6 Pyramide | | | | | | | | | | | | | | | |
| j. 6-7-6-7 Pyramide | | | | | | | | | | | | | | | |
| k. Zugtriller mit Hilfsz. | | | | | | | | | | | | | | | |
| 6) Stoßübungen | | | | | | | | | | | | | | | |
| a. zum dritten Naturton | | | | | | | | | | | | | | | |
| b. zum vierten Naturton | | | | | | | | | | | | | | | |
| c. zum fünften Naturton | | | | | | | | | | | | | | | |
| d. Triolen zum dritten | | | | | | | | | | | | | | | |
| e. Triolen zum Vierten. | | | | | | | | | | | | | | | |
| f. Triolen zum Fünften | | | | | | | | | | | | | | | |
| 7) Tonübungen | | | | | | | | | | | | | | | |
| a. halbtweise | | | | | | | | | | | | | | | |
| b. immer größer | | | | | | | | | | | | | | | |
| c. lauter-leiser tief | | | | | | | | | | | | | | | |
| d. lauter-leiser hoch | | | | | | | | | | | | | | | |

R: Reihenfolge

T: Tempo

W: Anzahl der Wiederholungen