Inhaltsverzeichnis

Über die Autorin 7
Über den Übersetzer 7
Über die Fachkorrektoren 7
Widmung der Autorin 8
Danksagung der Autorin 8

Einführung 21

Über dieses Buch 21
So verbessern Sie mit diesem Buch und der CD Ihren Gesang 21
Wie dieses Buch aufgebaut ist 22
Teil I: Die Grundlagen des Gesangs kennenlernen 22
Teil II: Ihre Singstimme entdecken 23
Teil III: Entwickeln Sie Ihre Gesangstechnik 23
Teil IV: Bei einem Auftritt singen 23
Teil V: Der Top-Ten-Teil 24
Teil VI: Anhang 24
Symbole, die in diesem Buch verwendet werden 24
Wie es weitergeht 25
Anmerkung des Übersetzers 26

Teil I
Die Grundlagen des Gesangs kennenlernen 27

Kapitel 1
Sie wollen also singen ... 29

Ich singe gerne! Worum es beim Singen überhaupt geht 29
Was Sie von Anfang an wissen sollten 29
Körperhaltung korrigieren, um den Klang zu verbessern 30
Die Schlüssel zur richtigen Atmung kennen 30
Töne im Notensystem erkennen 30
Ihren Klang und Ihre Resonanz finden 32
Ihre Gesangsstimme entwickeln 32
Ihre Stimmlage feststellen 32
Feintuning der Vokale und Konsonanten 32
Die Stimme aufwärmen – Übung macht den Meister 32
Bedienen Sie sich der verschiedenen Teile Ihrer Stimme 33
Ihre Mittel-, Brust- und Kopfstimme stärken – ein ganzheitliches Stimmtraining 33
Jungs und Mädels – der kleine Unterschied 33

Ihre Technik anwenden 33
Was ein Gesangslehrer bieten sollte 33
Geeignetes Gesangsmaterial auswählen 34
Sich mit Noten und Text wohlfühlen 34
Technik für die Aufführung nutzen 34
Lampenfieber bewältigen 34

Kapitel 2
Rückgrat ausbilden – aber richtig 35

Ihre Haltung einschätzen 35
Den Körper richtig halten 36
Sich in die richtige Ausgangslage bringen 37
An die Wand lehnen 37
Gehen und Haltung beibehalten 39
Selbstvertrauen durch Haltung ausstrahlen 39
Verspannungen lösen 40
Mit dem Fußboden verwachsen 40
Auflockern 41
Shake, rattle and roll 42
Strecken wie ein Gummiband 42

Kapitel 3
Die Atmung beim Singen 45

Grundlagen der Atmung 45
Finden Sie Ihre Gesangsatmung 46
Die richtige Körperhaltung fürs Atmen einnehmen 47
Einatmen üben 51
Hecheln wie ein Hund 51
Den Atem in Ihren Körper fallen lassen 52
Durch einen Strohhalm schlürfen 52
»Happy Birthday« singen 53
Ausatmen üben 54
Eine Kerze auspusten 54
Beim Ausatmen trillern 54
Die Luft mit Konsonanten in Bewegung bringen 56
Das Erweitern der Rippen durch das Heben der Arme spüren 56
Ihre Atemkontrolle verbessern 57
Den Atem verlängern: Langsam singen 58
Dehnen Sie Ihre Flanken aus 59
Pusten wie ein kleiner Drache 60

Kapitel 4
Die Stimme zum Klingen bringen 61

Klangfarbe definieren 61
Ihre Gesangsmuskeln anspannen 62
Ihre eigenen Stimmbänder entdecken 63
Den ersten Klang erzeugen 63
Ihren Kehlkopf in Position bringen 64
Töne treffen, ob mit oder ohne musikalischem Gehör 65
In der Tonhöhe nach oben und unten rutschen 66
Muskelgedächtnis entwickeln 67
Ihren Gesang aufnehmen und zur Lieblings-CD singen 68
Besserer Klang durch das Lösen von Verspannungen 69
Prüfen, ob Nacken- oder Kieferspannung vorliegt 69
Den Kiefer fallen lassen, nicht das Kinn 70
Hüten Sie sich vor Anspannungen 71
Zunge und Kiefer hüpfen lassen 72

Teil II
Ihre Singstimme entdecken 75

Kapitel 5
Stimmlagen zusammenbringen: Mehr als eine gewöhnliche Partnervermittlung 77

Mixen Sie die Zutaten, um Ihre Stimmlage zu ermitteln 77
Erkennen Sie die glorreichen Vier 79
Die höchste Stimmlage der Frauen: Sopran 79
Wie tief kann sie sinken: Mezzosopran 80
Höchste Lage bei den Kerlen: Tenor 82
Tiefer geht's nicht: Bass 83
Casting-Aufruf 84
Wie Sie Ihre persönliche Stimmlage ermitteln 86

Kapitel 6
Einen schönen Stimmklang erarbeiten 87

Tonerzeugung 87
Den Ton beginnen 88
Raum im hinteren oberen Rachen schaffen 89
Luft und Ton abstimmen 89
Sich den Weg zur Klarheit erseufzen 90
Den Ton absetzen 91
Einatmen für den Stimmabsatz 91
Ihren Hals locker lassen 92

Töne halten 92
Die einzelnen Punkte durch Legato verbinden 92
Mit den Lippen oder der Zunge trillern 92
Längere Töne erzeugen durch das Auf- und Abwärtssingen von Skalen 93
Ihr Vibrato finden 94
Vibrato verstehen 94
Vom geraden Ton zum Vibrato 95
Ihren Lieblingssänger mit Vibrato imitieren 95

Kapitel 7
Die Resonanz erforschen 97

Good Vibrations 97
Ihre Resonatoren erkunden 98
Den Klang hinauslassen 99
Näseln beheben 99
Den weichen Gaumen einsetzen 99
Ihren weichen Gaumen und Ihre Zunge koordinieren 100
Luft durch die Nase strömen lassen 101
Weitverbreitete Missverständnisse aufdecken 102
Klang in Ihren Nasennebenhöhlen resonieren lassen 102
Jeden Ton an derselben Stelle platzieren 102
Ihre Zunge absolut flach halten 103
Ihren Mund weit öffnen 103
Sorgen Sie sich nicht um Ihren weichen Gaumen 104
Je weiter vorne der Klang ist, desto besser 104
Lächeln, um die Tonhöhe zu halten 104

Kapitel 8
Ihre Vokale deutlich in Form bringen 105

Ihre Rückseite auf Vordermann bringen – zumindest die hinteren Vokale 106
Die Form hinterer Vokale erforschen 106
Wie Sie Ihre hinteren Vokale einbinden 107
Hintere Vokale singen 108
Die vorderen Vokale meistern 109
Die Form der vorderen Vokale erforschen 109
Vordere Vokale aussprechen 109
Vordere Vokale singen 111

Kapitel 9
Artikulationsübungen mit Konsonanten 113

Das Formen von Spitzenkonsonanten 114
Zungenspitzenkonsonanten formen 114
Zungenspitzenkonsonanten singen 116

Konsonanten am weichen Gaumen bilden 116
Ausformen der Konsonanten am weichen Gaumen 117
Singen von Konsonanten am weichen Gaumen 117
An Lippenkonsonanten arbeiten 118
Lippenkonsonanten formen 118
Lippenkonsonanten singen 119
An kombinierten Konsonanten arbeiten 120
Kombinierte Konsonanten formen 120
Kombinierte Konsonanten singen 121

Teil III
Entwickeln Sie Ihre Gesangstechnik 123

Kapitel 10
Einen Übungsplan aufstellen 125

Mit einem Übungsplan an die Arbeit machen 125
Antworten auf Ihre Fragen zu den Übungen 126
Wo sollte ich üben? 126
Welche ist die beste Übungszeit? 126
Wie lange sollte ich üben? 127
Was brauche ich außer meiner Stimme noch? 127
Aufwärmen 129
Dehnen als Aufwärmübung 129
Die Stimme aufwärmen 131
Übungen für Ihre Stimme 132
Übungen aussuchen, die zu Ihnen passen 132
Unterteilungen anlegen 133
Richtig üben 134
Einen Übungsplan erstellen 134
Sich selbst aufnehmen 135
Hinweise und Übungen praktisch umsetzen 136
Die CD zum Üben nutzen 136

Kapitel 11
Die einzelnen Bestandteile Ihrer Gesangsstimme kennenlernen 137

Ihre Mittelstimme finden 138
Ihre Mittelstimme in Noten aufschreiben 138
Singen mit der Mittelstimme 139
Ihre Bruststimme antesten 142
Den Umfang Ihrer Bruststimme erkennen 142
Ihre Bruststimme fühlen 143

Hoch hinaus mit der Kopfstimme 145
Den Umfang Ihrer Kopfstimme finden 145
Die Kopfstimme fühlen 146
Glatte Übergänge schaffen 147
Arbeiten mit der Bruststimme 148
Arbeiten an der Kopfstimme 150

Kapitel 12
Ihren Stimmumfang nach oben erweitern 153

Taktiken zum Bewältigen von Registerübergängen 153
An Ihrem Tonumfang arbeiten 154
Ihren Stimmumfang nach oben erweitern 154
Dynamik über den kompletten Tonumfang beherrschen 156
Alles vermischen: Wohlfühlklang durch Kombination der Register 156
Ihre Agilität auf ein neues Niveau heben 158
Die Tonleiter entlang 158
Fahrt aufnehmen 159
Durch Intervalle hopsen 161
Besserer Popsound durch Improvisation 162
Figuren in der Popmusik meistern 163
Pop-Riffs mit Akkorden singen 163

Kapitel 13
Kerle und Püppchen: Das Einzigartige eurer Stimmen 165

Männersache 165
Singen während der Pubertät 165
Falsett verstehen 166
Brutzelnde Töne 172
Frauensache 172
Auf den Mix einlassen 173
Fiese hohe Noten singen 174
Lachen in den höchsten Tönen 174

Kapitel 14
Ihre Sprechstimme fürs Belting einrichten 177

Mit der Tonhöhe herumspielen 178
Selbstgespräche führen 178
Rufen und sprechen 179
Tonhöhen erkunden mit Rap 180
Die optimale Tonhöhe für Ihre Sprechstimme finden 180
Körperenergie für Klangklarheit nutzen 181

Was ist gesundes Belting? 182
Seine Grenzen als Belting-Neuling kennen 184
Der kleine Unterschied zwischen den Geschlechtern 184
Atmung und Energie miteinander koordinieren 185
Fürs Belting vorbereiten 185
»Görenhaft« die Resonanz fühlen 185
Einem Freund zurufen 186
Stimmumfang Ihrer Sprechstimme erweitern 187
Belting ausprobieren 188

Kapitel 15
Wie Sie den richtigen Gesangslehrer finden 191

Ja! – Ein Gesangslehrer bringt Sie weiter 191
Den besten Gesangslehrer suchen 192
Den zukünftigen Gesangslehrer finden 192
Wissen, was Sie wollen 193
Einen zukünftigen Lehrer befragen 194
Was Sie vom Lehrer erwarten können 198
Sich am Unterrichtsende gut fühlen 198
Mit Verbildlichung und anderen Hilfsmitteln arbeiten 198
Bewährte Gesangsmethoden anwenden 199
Was Sie von sich selbst erwarten können 199
Ihren eigenen Übungsablauf erstellen 199
Nicht ausschließlich an Schwachstellen arbeiten 200
An Liederabenden auftreten 201
Wie Ihre erste Unterrichtsstunde zum Erfolg wird 201

Kapitel 16
Gesangstraining 203

Bestimmen der Trainingsanforderungen 203
Sich für die Oper entscheiden 203
Sich einen Namen im Musical-Theater machen 204
Schmachten wie ein Schlagersänger 205
Pop und Rock aufführen 206
Die Freiheit des Jazz 208
Üben, wie man in jedem Alter singen kann 208
Unterschiede zwischen Jungsängern und Teenies 209
Nachhaltige Technik bei Teenagern entwickeln 210
Verstehen, dass die Stimme sich mit dem Alter verändert 210
In einem Chor üben 211
Welche Vorteile des Chorsingens besonders viel Spaß machen 212
Singen im Chor contra Sologesang 213
Die perfekte Wahl treffen 214

Teil IV
Bei einem Auftritt singen 219

Kapitel 17
Ihre Songs auswählen 221

Einen Song auswählen 221
- Songs finden, die Ihrem Niveau entsprechen 221
- Die passende Tonart für Sie ermitteln 225
- Einen angemessenen Songstil auswählen 226
- Mit Ihren Stärken singen 226

Noten kaufen 227
- Angebote von Einzelhändlern finden 227
- Notenausgaben downloaden 228
- Sammlungen durchblättern 229
- Musik in der örtlichen Bücherei testen 229

Kapitel 18
Die musikalischen Elemente meistern 231

Ein Lied schrittweise angehen 231
- Sich den Text als Geschichte einprägen 232
- Den Rhythmus »erklopfen« 233
- Die Melodie singen (ohne Text) 236
- Musik und Text zusammenfügen 237

Musikalische Aufführungszeichen lesen 237

Gesangstechnik in Ihrem neuen Song 238
- Den Vokalen Stimme geben 239
- Rücklings in die Phrasen 240
- Schwer atmen – bis dass die Scheiben beschlagen 241
- Die Stimmfarbe bei jedem Bereich ändern 243

Kapitel 19
Einen Song darstellerisch aufführen 245

Das Lied als Geschichte verstehen 245
- Erst aussprechen, dann singen 245
- Dem Text Stimme verleihen 246
- Wechselspiel mit der Musik 247
- Zwischenspiele bewältigen 247

Eine Figur erschaffen 248
- Ihre Figur charakterisieren 248
- Die Motivation Ihrer Figur entdecken 249
- Durch Vorausplanen etwas auf die Reihe kriegen 250
- Das Tempo des Charakters finden 251

Jetzt wird's körperlich 251
Herausfinden, worauf Sie Ihren Blick richten sollten 251
Hände hoch 252
Angemessen gestikulieren 253
Sich im Takt zum Song bewegen 254

Kapitel 20
Lampenfieber bewältigen 257

Den Symptomen ins Auge sehen 257
Angst durch Vorbereitung lindern 258
Gut üben 258
Ihre Stärken ausspielen 259
Mit Ihren Gedanken umgehen 260
Mut zum Handeln aufbringen 260
Auftrittskonzentration aufbauen 261
Selbstbewusstsein durch Auftritte bekommen 263
Einen Spielplan entwerfen 263
Ihren Auftritt beurteilen 265

Teil V
Der Top-Ten-Teil 267

Kapitel 21
Zehn (plus fünf) Künstler mit guter Technik 269

Eileen Farrell 269
Frederica von Stade 269
Luciano Pavarotti 270
Audra McDonald 270
Brian Stokes Mitchell 270
Karen Carpenter 270
Elvis Presley 271
Luther Vandross 271
LeAnn Rimes 271
Garth Brooks 271
Christina Aguilera 272
Bruce Dickinson 272
Brad Paisley 272
Steven Tyler 272
Ed Sheeran 272

Kapitel 22
Die zehn häufigsten Fragen übers Singen 273

Ist Belting schlecht? 273
Warum funktioniert meine Stimme manchmal nicht? 273

Was unterscheidet Coach, Gesangslehrer und Begleiter? 274
Meine Stimme ist kratzig – habe ich Stimmbandknötchen? 274
Muss ich dick sein, um eine volle Stimme zu haben? 275
Was ist die beste Methode fürs Singen? 275
Muss ich Italienisch sprechen, um gut singen zu können? 275
Kann ich vor dem Auftritt Alkohol trinken, um meine Nerven zu beruhigen? 275
Warum soll ich vor dem Singen kein Eis essen? 276
Was soll ich tun, wenn meine Stimme heiser, hauchig, zu scharf, gedämpft ist? 276

Kapitel 23
Zehn Tipps zur Erhaltung einer gesunden Stimme 277

Schlechter Stimmgebrauch im Alltag 277
Gesundes Sprechen in Ihren Gesang einbeziehen 278
Insiderinfo übers Körpergewicht bekommen 279
Trocknen Sie nicht aus 279
Ausreichend Schlaf bekommen 279
Sich richtig ernähren 280
Halsschmerzen und Infektionen vorbeugen 280
Halsschmerzen behandeln 280
Halten Sie Ihr Gefühlsleben in der Waage 282
Ihren Gesangslehrer bezahlen 282

Kapitel 24
Zehn Tipps, um wie ein Profi aufzutreten 283

Im Takt mit der Band – durch Proben 283
Die richtigen Klamotten anhaben 283
Die richtige Haltung finden 284
Singen zu einem Klavier, einer Orgel oder einer Band 285
Die Bühne betreten 285
Ihr Publikum miteinbeziehen 286
Ignorieren Sie Mücken 286
Die Hände handhaben 287
Mit dem Mikrofon umgehen 288
Ihre Verbeugung machen 288

Teil VI
Anhang 291

Über die CD 293

Stücke auf der CD finden 294
Stücke auf der CD 294

Stichwortverzeichnis 297