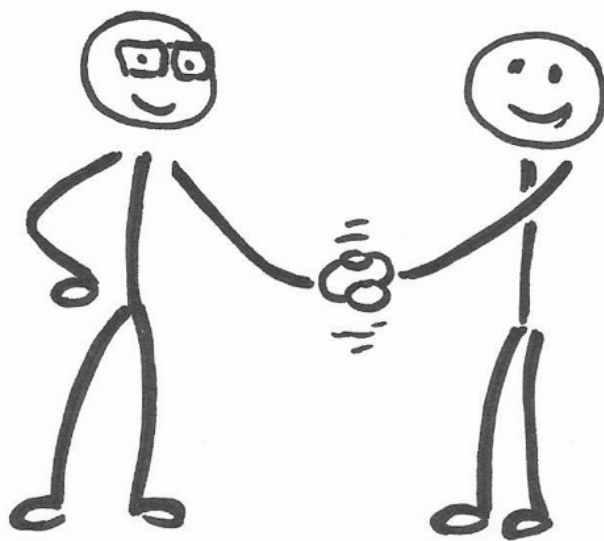


---

# **UMSATZ BOOSTER**



**EBENE 1 Teil 3**  
**Der Twang**



## Vermittle Kompetenz!

Warum braucht es zur Vermittlung von Kompetenz den Twang:

Mit dem Twang werden folgende stimmliche Voraussetzungen für die Vermittlung von Kompetenz garantiert:

Die Stimme klingt klar

Die Stimme klingt fokussiert, das heißt die Stimme ist in ihrer Energie sehr zielgerichtet

Die Stimme ‚sitzt‘, das heißt sie hat einen vollen, kräftigen und gesunden Klang.

Man könnte es auch so ausdrücken, dass der Stimmklang einen ‚gewissen Kern‘ hat, einen ‚Körper‘, der sehr viel Energie überträgt.

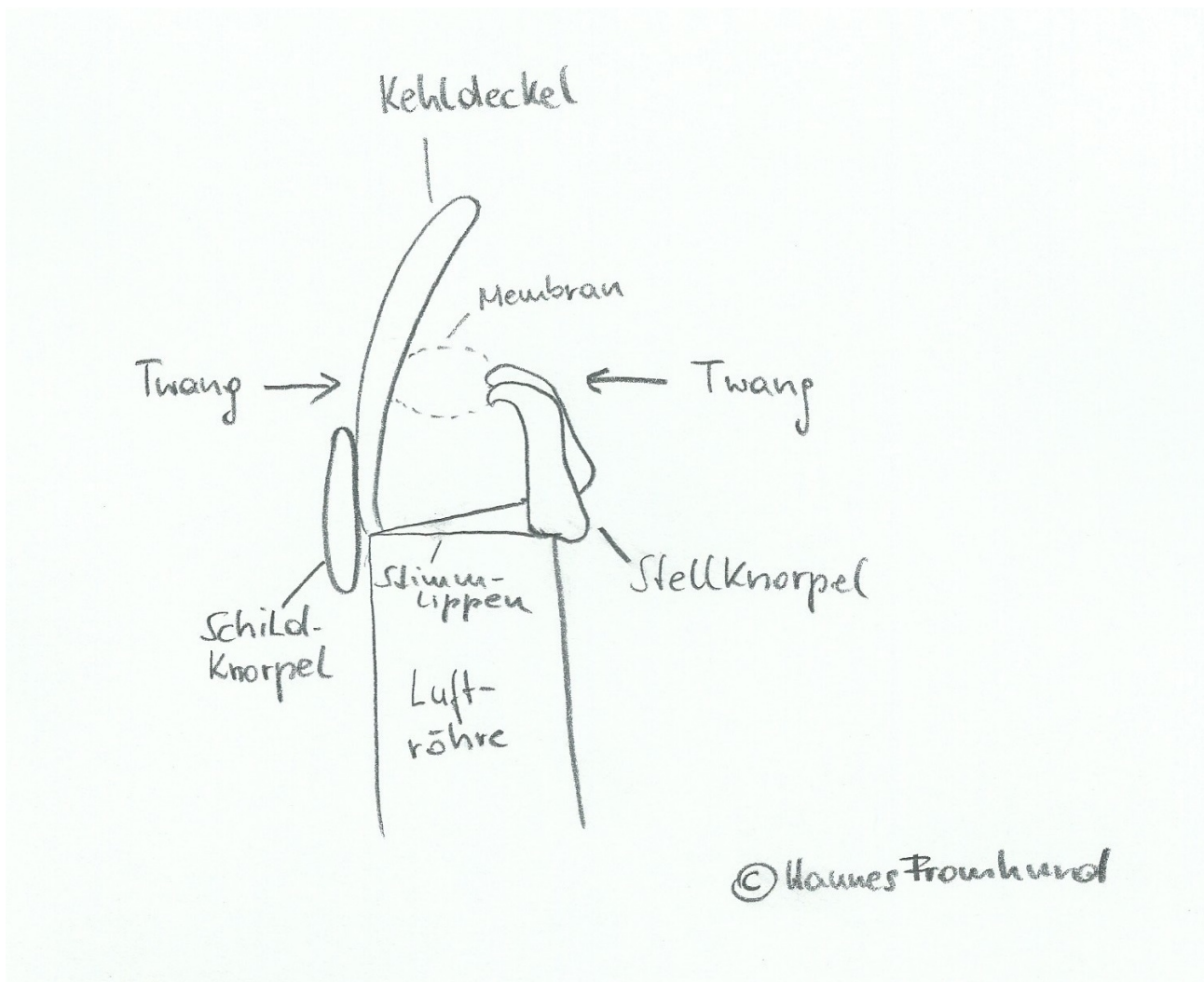
Nicht zuletzt wird durch den Twang **Stimmgesundheit** erreicht. Etwas, das für Menschen die viel sprechen und von ihrer Stimme abhängig sind von entscheidender und existenzieller Bedeutung ist.

**Bevor Du Dir mit Übungen ein Gefühl für den Twang erarbeitest, ist es sehr sinnvoll zu verstehen, was der Twang eigentlich ist und was dabei im Kehlkopf passiert.**

Die Grundlagentechnik des Twang machst Du ausnahmslos in deinem Körperinneren.

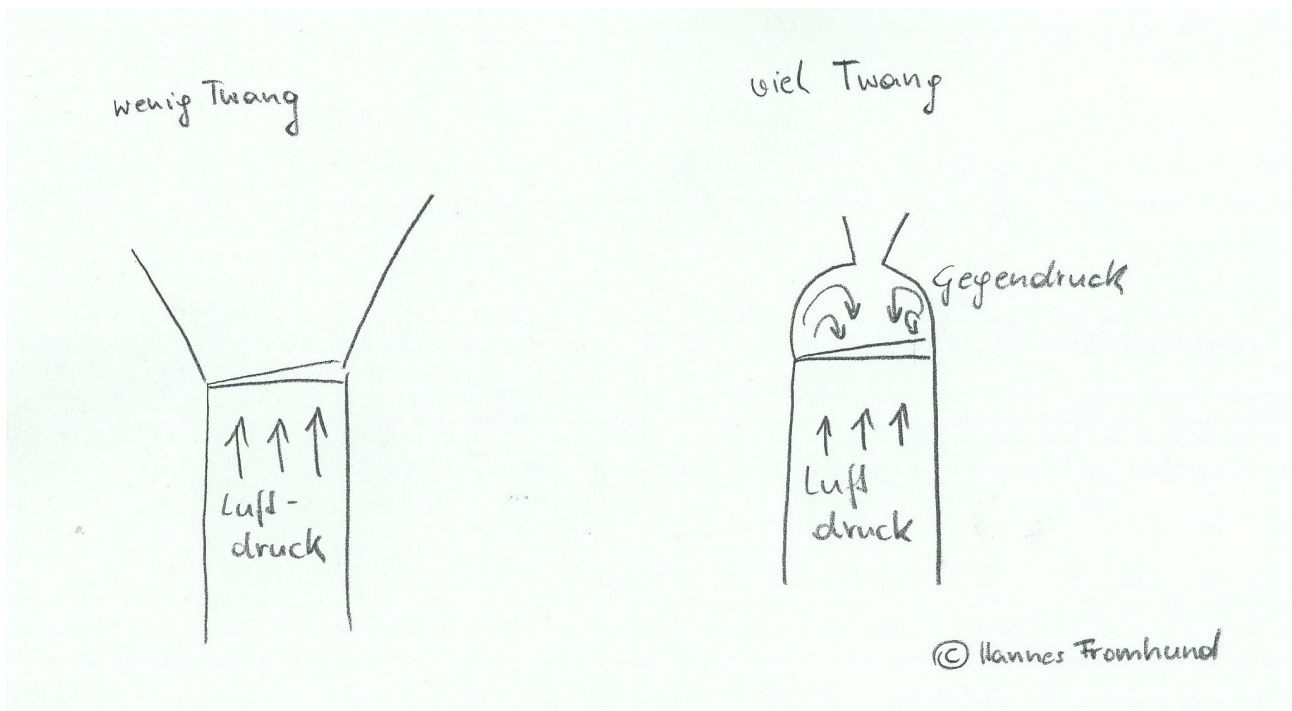
Es ist daher sehr wichtig, ein gutes Gefühl und ein gutes Gespür zu entwickeln, was in deinem Kehlkopf passiert. Gleichzeitig hilft es sehr, die Kehlkopfanatomie etwas zu kennen und zu verstehen. Du wirst dadurch viel zielgerichteter und selbstverständlicher diese Technik verstehen und anwenden können.

## Zeichnung des Kehlkopfes



**Schaue dir dazu das Video über die Erklärung des Twang an!**

## Warum der Twang die Voraussetzung für Stimmgesundheit ist



**Schaue dir dazu die Erklärungen im Video an. Nur durch den Twang werden gesunde Druckverhältnisse für Deine Stimmlippen im Kehlkopf garantiert. Dadurch können sie frei und voll schwingen ohne dabei überanstrengt zu werden.**

Du kannst Dir die Anwendung des Twang für Deine Stimme wie die Düse eines Gartenschlauches vorstellen:

Machst Du eng (= viel Twang), so ist der Wasserstrahl kraftvoll und du kannst weit spritzen.

Machst Du weit (=wenig Twang), so hat der Wasserstrahl wenig Kraft und Reichweite.

**Das Gleiche passiert mit deinem Stimmklang!**

Um den Twang sicher zu beherrschen, übe zu Beginn den extremen Twang mit sehr scharfen und lauten Klängen!

## Übung 1

### Hexe

Lache wie eine Hexe!  
Je ‚böser‘ desto besser!  
Je lauter desto besser!  
Je schärfer desto besser!  
Wenn Du nicht gleich einen ganz scharfen und lauten Klang erzeugen kannst, so macht das nichts. Übe weiter und Du wirst diesen Klang erreichen!



## Übung 2

### Ente

Quake wie einer Ente, am besten auf ‚quäk‘ oder ‚quak‘  
Je lauter desto besser!  
Je schärfer desto besser!

Wenn Du nicht gleich einen ganz scharfen und lauten Klang erzeugen kannst, so macht das nichts. Übe weiter und Du wirst diesen Klang erreichen!

## Übung 3

### Rennauto

Mache den Klang eines Rennautos nach

Je lauter desto besser!

Je schärfer desto besser!

Wenn Du nicht gleich einen ganz scharfen und lauten Klang erzeugen kannst, so macht das nichts.

Übe weiter und Du wirst diesen Klang erreichen!

## Übung 4

### Baby

Schreie wie eine Baby

Je lauter desto besser!

Je schärfer desto besser!

Wenn Du nicht gleich einen ganz scharfen und lauten Klang erzeugen kannst, so macht das nichts. Übe weiter und Du

wirst diesen Klang erreichen!



## Wichtige Regeln für den Twang

- **Wie bei allen Stimmübungen muss das Gefühl im Kehlkopf angenehm sein**
- **Es darf nicht kratzen oder ein Husten auslösen**
- **Denke an Deine Stütze!**
- **Der Kehlkopf sollte eher hoch sein**
- **Mache den Mund breit**
- **Mache die Zunge breit**
- **Verwende eine extreme Mimik**
- **Spüre die Enge im Kehlkopf**

Wenn der Twang laut und scharf funktioniert, dann brauchst Du viele dieser Übungshilfsmittel nicht mehr!

Keine Angst, Du musst ab jetzt nicht mit verzerrtem Gesicht und extremer Mimik sprechen

Diese Hilfsmittel erleichtern den extremen Twang. Spüre immer gut, was dabei in deinem Kehlkopf passiert. Je eher du dieses Gefühl hast, desto früher brauchst Du diese Hilfsmittel nicht mehr.

Du wirst dann ein gutes Gefühl für den Twang erreicht haben und ab jetzt Deine Stimme komplett kontrolliert gesund, kräftig und kompetent benutzen können.

**Die Grundvoraussetzung dafür ist**

**ÜBEN!!**

**Viel Erfolg und viel Spaß dabei!**