



Starte das Jahr 2023
mit Deiner Stimm-
Transformation!



Neujahr's Challenge ,Das Hohe C‘

steht für:

- leichtere Höhen und Tiefen
- größeren _____
- mehr _____ Flexibilität
- mehr Möglichkeiten mit _____
 - bessere Intonation
- mehr _____ Möglichkeiten

4 Webinare

Kuchen: Hohes C



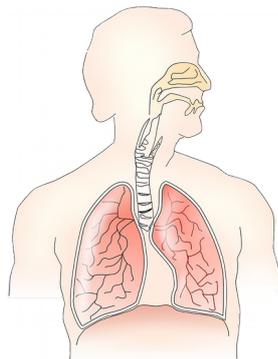
Grundzutaten

Atemstrom (_____), _____ (Kehlkopf-Technik)

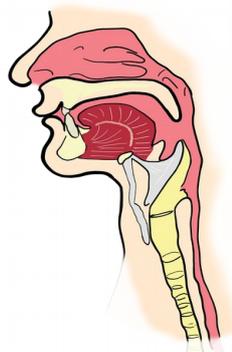
spezifische Zutaten

Klang (Modes), _____ und Tonhöhe, →
_____ + Raum, Vokale

Webinar 1 Die _____ Deines Atemstromes



Webinar 2 Dein Kehlkopf _____



Webinar 3 verschiedene _____ - die Modes

	 NEUTRAL NICHT-METALLISCH	 CURLING HALB-METALLISCH	 OVERDRIVE VOLL-METALLISCH	 EDGE VOLL-METALLISCH
Rauch	Mit Hauch/ohne Hauch	Niemals mit Hauch auf der Stimme	Niemals mit Hauch auf der Stimme	Niemals mit Hauch auf der Stimme
Stimmform	 Lockerer Unterkiefer	HOLD	 BISS	 ZWANG des Kehlkopftrichters
Vokal	Alle	EE (Ee) OO (Oo)	JE (Jee) OH (Ooo)	EE (Ee) JE (Jee) OO (Oo)
Stimmumfang	Alle	Alle	♀ MAX. D2 ♂ MAX. C2	Alle
Lautstärke	Leise Kann im hohen Stimmregister laut sein	Mittel	Laut	Laut
Charakter	Weich	Verhalten	Rufend	Schreiend

Webinar 4 _____ des ‚Kuchens‘ zur leichteren Höhe



Hannes Fromhund
Stimme und Gesangstrainer, Chorleiter
On- und Offlinetätigkeit im gesamten deutschsprachigen Raum
Seminare, Einzel-Coachings, Online-Kurse
Chor- und Ensembleangebote international (Venedig)
www.hannesfromhund.com



Webinar 1 – Die Qualität Deines Atemstromes

Atemqualitäten

Atme ein und komme _____
 Spüre Deinem Atem nach und wenn Du ganz ruhig bist,
 atme in folgenden _____ ein:
 _____, Größe, _____, Lockerheit, _____, Bereitschaft für _____ Töne
 außerdem: _____, _____, _____, _____

Ruheatmung ↔ _____ **Atmung**

Atmung	<i>Einatmung</i>	<i>Ausatmung</i>
Ruheatmung →		
_____ Atmung →		

Ruheatmung: Bewegung des _____ fühlen/beobachten

Test mit der Stimme: Bei der Ruheatmung funktioniert meine Stimme: _____ bis
 gar nicht

gestützte Ausatmung auf _____: Spannung im _____ spüren

Diese Spannung _____ auslassen!

Test mit der Stimme: das ‚aaaaaa‘ kann _____

Wir brauchen für das Stützen ein _____ Zwerchfell!

Dabei helfen uns die _____. Diese ziehen in der Gegend unterhalb
des _____ leicht nach _____.

Dies muss mit einer _____ mit _____ passieren!

Während dieser Bewegung dehnt sich der _____ und dadurch bleibt das
Zwerchfell _____.

*Formel: Stützen bedeutet das _____ des Zwerchfells
durch geweitet-Halten des _____
durch nach innen _____ der Bauchmuskeln
in einer _____ Bewegung
wie gegen einen _____*

„Stützen ist die Fortführung der Einatmung bei der Ausatmung“ (Thomas Hampson)

Trennung _____ von Positionsarbeit

Zische das sssss mit _____ viel Kraft/Energie in Deinen
(Bauch-)Muskeln.

Egal ob viel oder wenig Energie/Kraft, das _____ muss immer _____
klingen!

Dadurch trennst Du die Aktivität Deiner _____ von der Aktivität Deines _____.
Das ist elementar wichtig für einen freien Stimmklang!

Deine Aufgaben

Bis zum Webinar 2,
Viel Erfolg und viel Spaß beim Üben!

