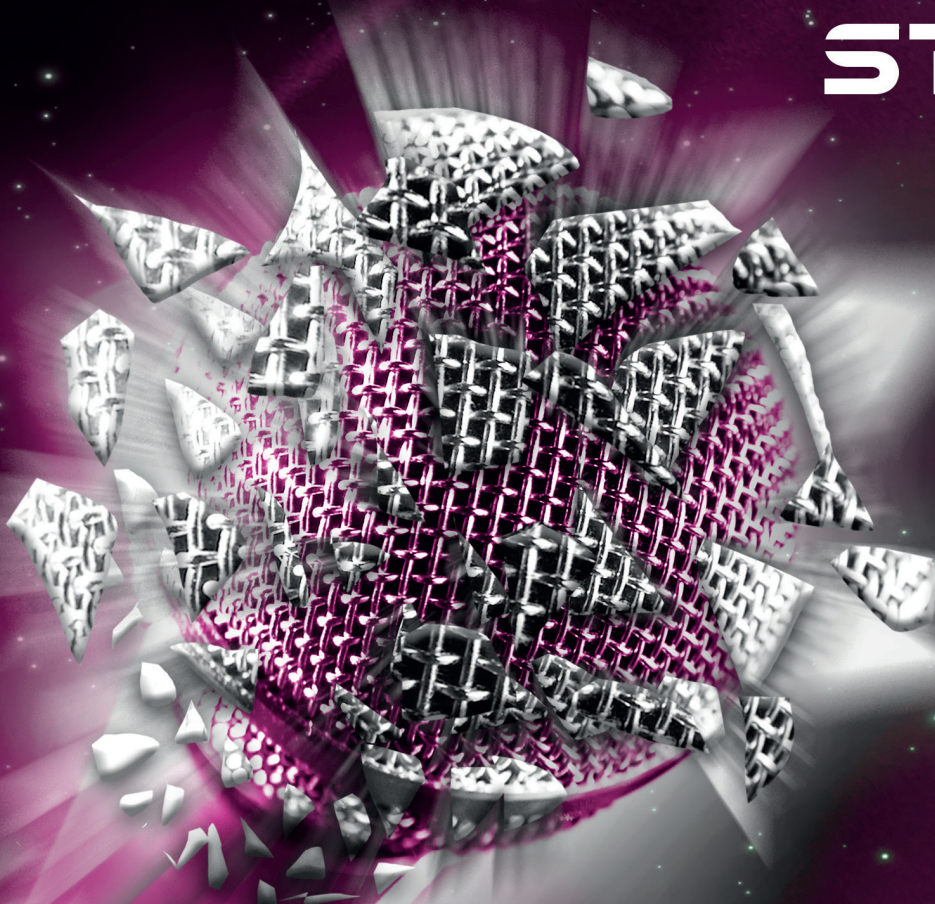


VOCAL QUEST

STAGE
B



STAGE 1

STAGE 2

STAGE 3

STAGE 4

STAGE 5

STAGE 6

STAGE 7

STAGE 8

STAGE 9

STAGE 10

INTRO

Willkommen!	10
Online-Bonus	10

LEVEL 1

Dein Aufwärm-Repertoire	17
Perfektioniere deine Atemstütze	19
Singen im Sitzen	20
Legato singen	21

LEVEL 2

Resonanzraum mit dem Kiefer schaffen	28
Die Stimmregister	31
Der Nasengang	33

LEVEL 3

Pausenzeichen	40
Neuer Notenwert: Die punktierte halbe Note	42

LEVEL 4

Melodie	50
Das Notensystem	51
Die Noten im Notensystem	51

LEVEL 5

Mehr Songparts	59
Performance	61

LEVEL 6

Musikalische Stilkunde	68
Mit einem Mikrofon singen	69

LEVEL 7

Dynamik: Piano und Forte	80
Dynamik und Mikrofontechnik	83

LEVEL 8

Gehörbildung	91
Gehörbildung und die Dur-Tonleiter	93
Playback-Übungen	94

LEVEL 9

Der Grundton	101
Improvisieren im Balladen-Stil	102
Melisma	104

LEVEL 10

Einen Song für eine Performance vorbereiten	112
---	-----

LEVEL 1

LEVEL
7

LEVEL
10

LEVEL
8

LEVEL
9

- Dein Aufwärm-Repertoire
- Perfektioniere deine Atemstütze
- Singen im Sitzen
- Legato singen



ZIELE FÜR LEVEL 1

Nachdem du dieses Level gemeistert hast, wirst du ...

- einen neuen Song begonnen haben.
- wissen, wie man mit guter Haltung im Sitzen singt.
- das Singen mit Legato-Artikulation geübt haben.

Willkommen in Level 1 deiner dritten Vocal Quest! Du bist ein richtiger Gesangs-Erforscher geworden und wir freuen uns, dass du dich auf dein drittes Abenteuer einlässt, um ein besserer Sänger zu werden. In diesem Level wirst du einen neuen Song beginnen, du wirst anfangen, dich beim Singen im Sitzen wohlfühlen, und du wirst in der Lage sein, gleichmäßige und gebundene Phrasen mit Legato-Artikulation zu singen.



MISSION 3.1.1

SETZE DIR ZIELE

Bevor du deine neue Quest startest, nimm dir einen Moment Zeit, um dir deine Ziele als Sänger noch mal vor Augen zu halten, indem du dir diese Fragen stellst: Was liebst du am meisten am Singen? Was erhoffst du dir von deinem Gesangstraining?

Ein Ziel vor Augen zu haben, wenn du übst, motiviert dich und hilft dir, auf dem richtigen Weg zu bleiben und deine Träume zu verwirklichen. Vielleicht hast du bereits einige Ziele aus Stage 1 und 2, an denen du noch arbeitest. Wenn ja, notiere sie unten, damit du den Überblick nicht verlierst. Vielleicht hast du auch schon einige deiner Ziele erreicht. Dann ist es an der Zeit, ein paar neue zu setzen. Kein Ziel ist zu groß oder zu klein. Wenn du Inspiration benötigst, schau dir die folgenden beispielhaften Ziele an.

MÖGLICHE ZIELE

- einen tollen, neuen Song lernen
- Profisänger werden
- lernen, die Töne zu treffen und großartig klingen
- mit einer Band auf der Bühne stehen
- Noten lesen können und Musik verstehen
- eine Musikprüfung bestehen
- endlich Spaß beim Karaoke haben
- meine Atemtechnik verbessern
- an der Resonanz in meiner Stimme arbeiten
- mein Repertoire für eine Performance aufbauen
- meinen Stimmton verbessern
- noch besser in Improvisation werden

MEINE ZIELE ALS SÄNGER

Teile deine Ziele: Wenn du in einer Gruppe lernst, dann nimm dir einen Moment Zeit, um deine persönlichen Ziele als Sänger mit den anderen zu teilen. Auf diese Weise kannst du mit deinen Zielen andere inspirieren und dich inspirieren lassen. Lernst du allein, kannst du alternativ einem Familienmitglied oder Freund von deinen Zielen berichten. Deine Ziele werden sich echter anfühlen, wenn du sie einmal laut ausgesprochen hast. Im Laufe deiner Entwicklung als Sänger lohnt es sich, immer wieder einmal innezuhalten und zu dieser Seite zurückzukehren, um dich zu fragen:

- Verfolge ich mein Ziel noch?
- Wie viel näher bin ich meinem Ziel schon gekommen?
- Hat sich mein Ziel geändert?

DEIN AUFWÄRM-REPERTOIRE







Während deiner letzten zwei Quests hast du einige Übungen gelernt, die dir helfen, deinen Körper und deine Stimme aufzuwärmen. Das Ziel eines Warm-ups ist es, deine Stimme auf das Singen vorzubereiten, so wie du deine Muskeln vor einem Lauf dehnt. Ein gutes Warm-up ist auf den Song abgestimmt, den du singen möchtest, und konzentriert sich auf die Technik, die du in diesem Song anwenden wirst. Während du in deinem Gesangstraining voranschreitest, wirst du wahrscheinlich feststellen, dass du einige Übungen besonders gerne verwendest. Sie sind Teil deines Aufwärm-Repertoires und dieses kannst du immer wieder erweitern, wenn du neue Stimmübungen lernst.

MISSION 3.1.2

NOTIERE EINIGE DEINER LIEBLINGS-AUFWÄRMÜBUNGEN



Schreibe einige der Dehnungs- und Stimmübungen auf, die du in deinem Aufwärm-Repertoire hast.

- Ich habe zwei Übungen aufgeschrieben.  
- Ich habe vier Übungen aufgeschrieben.  
- Ich habe sechs oder mehr Übungen aufgeschrieben.  

MISSION 3.1.3

WÄRME DEINE STIMME AUF



Lass uns eine neue Aufwärm-Routine durchführen. So lernst du neue Übungen, die du deinem Repertoire hinzufügen kannst, und stellst sicher, dass du gut aufgewärmt bist, bevor du einen neuen Song lernst. Wenn du gebeten wirst, deine Stimme im Laufe dieser Stage aufzuwärmen, kannst du einige oder alle dieser Übungen verwenden. Du kannst aber auch die Übungen aus deinem bereits vorhandenen Aufwärm-Repertoire machen.

I: SUMMEN AUF NG

Dauer: 1–3 Minuten

Diese Stimmübung baut Resonanz auf und hält deine Stimme entspannt.

Sage das Wort „singen“ und halte das „ng“. Das ist der Laut, den wir in dieser Stimmübung verwenden werden. Bemerke, dass sich beim Sprechen von „ng“ deine Zunge nach oben zum weichen Gaumen bewegt. Gähne mit dem „ng“-Laut und versuche, die Verbindung zwischen deiner Zunge und dem weichen Gaumen nicht zu verlieren. Singe dann mit dem Audiotrack und gehe mit jeder Wiederholung einen Halbtonschritt höher. Halte deinen Kiefer entspannt und lass ihn sanft nach unten fallen, wenn du höher singst.

♩ = 90

2: SINGE MIT HERAUSGESTRECKTER ZUNGE

Dauer: 1–4 Minuten

Diese Stimmübung hilft dir, deine Zunge nach vorne zu bringen und sie zu entspannen.

Strecke deine Zunge raus und lege sie auf deiner Unterlippe ab. Sage ein paar Mal „ja.“ Singe anschließend mit dem Audiotrack, während du deine Zunge weiterhin herausstreckst. Dein Kiefer sollte entspannt und offen sein, aber er sollte sich nicht bewegen, während du die Übung singst. Übe am besten vor einem Spiegel oder lege deine Zeigefinger zur Kontrolle leicht auf dein Kinn, um deinen Kiefer ruhig zu halten. Nur die Zunge sollte sich bewegen.

♩ = 90

3: STIMMAKROBATIK

Dauer: 2–5 Minuten

Fördert die Flexibilität deiner Stimme.

Singe mit dem Audiotrack und konzentriere dich darauf, die Töne genau zu treffen. Halte deinen Kiefer entspannt und denke daran, beim Singen dieser Stimmübung eine gute Atemstütze zu verwenden.

♩ = 90







4: TROPFENDES WASSER

Dauer: 30 Sekunden bis 2 Minuten

Löst Spannungen und hilft dir, Leichtigkeit in deinen höheren Tönen zu finden.

Diese Stimmübung klingt wie tropfendes Wasser aus dem Wasserhahn. Höre dir den Demo-Track an und wiederhole dann ein paar „Bwoops“ auf einer beliebigen Tonhöhe und probiere einige höhere Töne aus. Es ist in Ordnung, wenn es sich anfühlt, als ob du das „Bwoop“ sprichst, anstatt es zu singen. Du kannst diese Stimmübung auch für dein Cool-down verwenden.

Jetzt ist deine Stimme gut aufgewärmt und einsatzbereit. Lass uns dir einen neuen Song aussuchen.







- Ich habe zwei der Stimmübungen gesungen.  
- Ich habe drei der Stimmübungen gesungen.  
- Ich habe alle Stimmübungen gesungen.  

MISSION 3.1.4

MACHE DICH MIT EINEM NEUEN SONG VERTRAUT



Wähle einen neuen Song, den du in den nächsten Levels lernen möchtest. Wir empfehlen den Song „The Tide is High“ aus der Trinity-App. Höre dir den Song ein paar Mal an und singe dann mit, um dich mit ihm vertraut zu machen.

- Ich habe mir den Song einmal angehört und an einigen Stellen mitgesungen.  
- Ich habe mir den Song einmal angehört und mitgesungen.  
- Ich habe mir den Song zweimal angehört und mitgesungen.  

PERFEKTIONIERE DEINE ATEMSTÜTZE

Schon in Stage 1 und 2 hast du an deiner Atmung beim Singen gearbeitet. Du weißt, wie man beim Singen einatmet und wie man beim Ausatmen um die Körpermitte herum ausgedehnt bleibt, um die Lautbildung deiner Stimmlippen zu unterstützen. In Stage 2 deiner Vocal Quest hast du daran gearbeitet, deine Atemstütze zu dosieren, und du hast geübt, nur so viel Luft einzuatmen, wie du für eine bestimmte Phrase brauchst. Baue mit der nächsten Mission auf diesen Fähigkeiten auf.



3.1.5



MISSION 3.1.5

TRAINIERE DIE RICHTIGE DOSIERUNG DEINER ATEMSTÜTZE

Aktiviere zuerst dein Zwerchfell mit deiner liebsten Atemübung aus Stage 1. Auf **Audiotrack 3.1.5** hörst du das Metronom und gezischte Phrasen in unterschiedlichen Längen. Zische zu dem Track und trainiere die Dosierung deiner Atemstütze, indem du nur so viel Luft einatmest, wie nötig ist, um die Phrase gut zu unterstützen. Folge der Notation unten, um die Länge jeder Phrase zu sehen.



Ich habe die Übung einmal gemacht.



Ich habe die Übung zweimal gemacht.



Ich habe die Übung dreimal gemacht.

SINGEN IM SITZEN

Je nachdem, in welcher Situation du dich befindest, kannst du im Stehen oder Sitzen singen. Du solltest wissen, dass, wenn du dich hinsetzt, während du singst, deine Haltung deine Atemstütze beeinflussen kann. Du möchtest sicherstellen, dass du tief einatmen und so ausatmen kannst, dass dein Zwerchfell deine Luft langsam freisetzen kann. Wenn du beim Singen sitzt, stelle deine Füße so, dass deine Fersen den Boden berühren, und schaue geradeaus. Achte besonders auf deinen Rücken und Nacken, da es verlockend sein kann, sich auf die Rückenlehne des Stuhls zu lehnen oder nach vorne zu sacken. Diese Positionen behindern den Luftstrom und die Freiheit der Stimme. Sitze stattdessen mit geradem Rücken, sodass sich dein Bauch entspannen kann (siehe **Abbildung 3.1**).



Abbildung 3.1 – Singen im Sitzen

MISSION 3.1.6

SINGE DEINEN SONG IM SITZEN



Suche dir einen Stuhl und übe das Singen mit guter Atemstütze, während du sitzt.

Ich habe meinen Song gesungen und dabei ein wenig darauf geachtet, richtig zu sitzen und meine Atemstütze zu verwenden.



Ich habe meinen Song gesungen und dabei darauf geachtet, richtig zu sitzen und meine Atemstütze zu verwenden.



Ich habe meinen Song zweimal gesungen und dabei darauf geachtet, richtig zu sitzen und meine Atemstütze zu verwenden.



LEGATO SINGEN

Das Wort legato bedeutet auf Italienisch „gebunden“ und ist eine Form von Artikulation in der Musik. Beim Legato-Singen sollten die Noten gleichmäßig und gebunden sein, ohne dass es zu einer Stille zwischen ihnen kommt. In Noten kann der Legato-Gesang durch einfaches Schreiben des Wortes, an den Stellen, wo legato gesungen werden soll, markiert werden. Legato kann auch durch eine gekrümmte Linie markiert werden, die als „Bindebogen“ bezeichnet wird (siehe **Abbildung 3.2**). Dieser Bindebogen zeigt die Gruppe der Noten, die gebunden gesungen werden sollen.



Abbildung 3.2 – Legato-Notation

MISSION 3.1.7

ÜBE DIE LEGATO-ARTIKULATION



Übe, deine Wörter beim Satz „Mein Name ist _____“ mit Legato-Artikulation miteinander zu verbinden. Sprich den Satz zuerst klar und deutlich und mit spürbarer Stille zwischen jedem Wort. Dann wiederhole die Phrase noch einmal und binde diesmal das Ende deines letzten Wortes an den Anfang des nächsten, während du die Phrase gleichmäßig mit guter Atmung unterstützt.
„Mein-Name-ist-.“ Versuche es ein paar Mal.

Ich habe geübt, meinen Namen legato zu sagen, und konnte die Verbindung zwischen den Wörtern spüren.



Ich habe geübt, meinen Namen sowohl mit als auch ohne legato zu sagen, und ich habe einen Unterschied zwischen den beiden Artikulationsformen gefühlt.



Ich habe geübt, meinen Namen sowohl mit als auch ohne legato zu sagen. Ich habe einen Unterschied zwischen den beiden Artikulationsformen gespürt und noch ein paar Mal legato geübt.



**MISSION 3.1.8****ÜBE LEGATO-GESANG MIT EINER STIMMÜBUNG**

Singe die Stimmakrobatik-Übung erneut. Dieses Mal konzentrieren wir uns darauf, die Phrase mit Legato-Artikulation zu singen, indem wir das Ende der Note mit dem Anfang der nächsten Note verbinden. Es hilft einigen Sängern, sich vorzustellen, dass sie die Worte miteinander verbinden und gleichzeitig die Phrase mit ihrer Luft gut unterstützen.



Ich habe die Übung einmal gesungen.



Ich habe die Übung zweimal gesungen.



Ich habe die Übung dreimal gesungen.

**MISSION 3.1.9****ÜBE LEGATO-GESANG MIT DEINEM SONG**

Übe Legato-Gesang, indem du einige der Phrasen deines neuen Songs auswählst, in denen du die Legato-Artikulation anwendest. Wenn du den Song „The Tide Is High“ aus der Trinity-App übst, findest du einige Phrasen, die legato gesungen werden. Wenn du die verschiedenen Phrasen singst, lasse dich von den Konsonanten nicht davon abhalten, legato zu singen. Achte auf eine gute Atemstütze und bleibe resonant auf den Vokalen.



Ich habe zwei Phrasen mit Legato-Artikulation gesungen.



Ich habe vier Phrasen mit Legato-Artikulation gesungen.



Ich habe sechs Phrasen mit Legato-Artikulation gesungen.

MISSION 3.I.10 ERINNERST DU DICH?

Teste dein Wissen mit dieser Mission.

Wenn du im Sitzen singst, solltest du ...

- a) nach vorne sacken.
- b) dich zurücklehnen.
- c) gerade sitzen.

Beim Legato-Singen sollten die Töne ...

- a) leise gesungen werden, um das Publikum zu packen.
- b) klar getrennt sein, sodass man die Stille zwischen ihnen hören kann.
- c) gleichmäßig und gebunden sein, ohne Stille zwischen den Noten.

MISSION 3.I.11 STANDARD-ÜBUNGSRoutine: 15 MINUTEN

1

Warm-up: Wärme dich fünf Minuten lang auf, indem du ein paar deiner liebsten Dehnungs- und Stimmübungen machst.

2

Einen Song einstudieren: Wähle einen deiner Lieblingssongs und verbringe acht bis zehn Minuten damit, ihn mit einigen der Techniken zu üben, die du in diesem Level gelernt hast, singe z. B. einige der Phrasen mit Legato-Artikulation oder arbeite daran, eine gute Atemstütze zu behalten, während du deinen Song im Sitzen singst.

3

Cool-down: Falls sich deine Stimme angestrengt anfühlt, verbringe eine Minute damit, ein paar Abkühl-Übungen zu machen.

MISSIONSÜBERSICHT

- MISSION 3.1.I: SETZE DIR ZIELE
- MISSION 3.1.II: NOTIERE EINIGE DEINER LIEBLINGS-AUFWÄRMÜBUNGEN
- MISSION 3.1.III: WÄRME DEINE STIMME AUF
- MISSION 3.1.IV: MACHE DICH MIT EINEM NEUEN SONG VERTRAUT
- MISSION 3.1.V: TRAINIERE DIE RICHTIGE DOSIERUNG DEINER ATEMSTÜTZE
- MISSION 3.1.VI: SINGE DEINEN SONG IM SITZEN
- MISSION 3.1.VII: ÜBE DIE LEGATO-ARTIKULATION
- MISSION 3.1.VIII: ÜBE LEGATO-GESANG MIT EINER STIMMÜBUNG
- MISSION 3.1.IX: ÜBE LEGATO-GESANG MIT DEINEM SONG
- MISSION 3.1.X: ERINNERST DU DICH?
- MISSION 3.1.XI: STANDARD-ÜBUNGSRoutine: 15 MINUTEN

ANTWORTEN**MISSION 3.1.X: ERINNERST DU DICH?**

Wenn du im Sitzen singst, solltest du c) gerade sitzen.

Beim Legato-Singen sollten die Töne c) gleichmäßig und gebunden sein, ohne Stille zwischen den Noten.

ÜBER DIE AUTORINNEN



Ronja Petersen

... ist eine anerkannte Spezialistin in angewandter Stimmtechnik. Als Head of Modern Music School Vocal Department entwickelt sie das internationale Curriculum und bildet die Trainer in den aktuellsten und effizientesten Wegen des Gesangsunterrichts aus. Ronja hat Stimmtechnik und Performance am Musicians Institute in Kalifornien studiert und ihr Studium mit Auszeichnung abgeschlossen. Sie verbrachte einige Jahre in der Musikszene von Los Angeles an Veranstaltungsorten wie dem House of Blues, Whisky a Go Go und dem Hotel Café, bevor sie sich entschloss, Vollzeit anderen dabei zu helfen, ihre Ziele als Sänger zu verwirklichen.

Ronjas weitreichende Erfahrungen und Erfolge haben sie zu einem stark umworbenen Vocal-Coach gemacht. Sie arbeitet mit einigen angesagten professionellen Musikern und hilft ihnen dabei, ihre Fähigkeiten als Sänger auszubauen und ihre Stimmen gesund zu halten, wenn sie auf Tournee sind.

Ronja ist immer auf einer Quest, um Menschen zu helfen, genau die Gesangsstimme auszubilden, die sie sich gewünscht haben.



Tanja Kühner

... ist eine erfahrene Stimm- und Gesangstrainerin, die eine große Anzahl an Schülern aller Altersstufen unterrichtet. Sie hat mit mehreren kommerziell erfolgreichen Sängern und Sängerinnen zusammengearbeitet und unterstützt sie dabei, während ihres anspruchsvollen Alltags auf Tour und im Tonstudio eine kräftige und gesunde Stimme zu bewahren.

Tanja begann ihre Gesangsausbildung in London, wo sie am Institute of Contemporary Music Performance (ICMP) Gesang und Performance studierte. Während ihrer Zeit in London stärkte sie ihre Fähigkeiten in den Bereichen Stilistik, Improvisation und Performance. Danach absolvierte sie ein duales Studium in Jazz-Gesang und IGP (Instrumental und Gesangspädagogik) am Vienna Music Institute in Wien.

Tanja arbeitet in Köln als Sängerin und Gesangslehrerin. Wenn sie gerade keine Konzerte spielt oder Songs schreibt, unterstützt sie ihre Schüler, die vom Anfänger bis zum Profi reichen, kompetent und leidenschaftlich.

ÜBER DEN HERAUSGEBER



Sebastian Quirnbach

... ist ein anerkannter Experte im Bereich Music Education. Als internationaler Education Director der Modern Music School hat er über 1.000 Musiktrainer in über einem Dutzend Ländern ausgebildet. Er hat Schlagzeug und Percussion an der LA Music Academy studiert und beschäftigt sich als international erfolgreicher Coach permanent mit den Themen Lernen, Veränderung und Persönlichkeitsentwicklung. Er weiß, dass sich die Lebensqualität in allen Bereichen verbessert, wenn man ein Instrument lernt. Als Herausgeber der Modern Music School Quest-Serie stellt Sebastian sicher, dass jedes Buch Schülern und Lehrern eine motivierende, unterhaltende und besonders effektive Erfahrung bietet.

VOCAL QUEST

BIST DU BEREIT FÜR STAGE 3?

Bist du bereit für den nächsten Schritt in Richtung Bühne?

Vocal Quest Stage 3 ist dein perfekter Begleiter für deine Entwicklung als Sänger. Die Vocal Coaches Ronja Petersen und Tanja Kühner helfen dir deine Stimme weiterzuentwickeln und mit voller Kraft erklingen zu lassen.

Baue deine Atemtechnik aus, um effizienter zu singen. Gewinne mehr Resonanz und Power und lerne deine Stimmregister kennen.

Mach dich bereit für die Bühne, lerne mit dem Mikrofon zu singen und erwecke deine Songs mit noch mehr Dynamik zum Leben.



**RONJA
PETERSEN**

ISBN 978-3-940903-64-8



9 783940 903648

MODERN MUSIC SCHOOL 

beam-shop.com/vocal-quest-stage-3