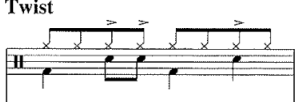



Trainingsplan 2

Drums

-
1. Aufwärmübung: Schau dir diesen Youtube-Video an und mach die Übung nach:
- https://www.youtube.com/watch?v=ZnICKtoG2Wg&feature=emb_logo
- ✓ Wenn du müde wirst, mach weiter.
 - ✓ Wenn es in den Handgelenken zu ziehen beginnt, mach weiter.
 - ✓ Wenn es beginnt zu schmerzen, hör auf!
 - ✓ Wiederhole solange wie möglich!
-
2. Entscheide dich für eines dieser beiden Pattern (kleine rhythmische Figur) und wiederhole es endlos, bis du es beherrschst.
- Twist



Funk


- ✓ Achte darauf, dass du das gewählte Pattern rhythmisch absolut genau und korrekt spielst.
-
3. Spiele das Pattern wiederum endlos. Lass dazu aber das Metronom mit einem Tempo von 100 – 120 Schläge pro Minute laufen (die App 'Metronom' wird im Trainingsplan 1 vorgestellt).
- ✓ Achte auf eine saubere Rhythmisierung
 - ✓ Wiederhole, bis du den Rhythmus des Metronoms einhalten kann.
 - ✓ Erhöhe das Tempo, bis du den Rhythmus beherrschst.
-
4. Höre dir diesen Funk-Rhythmus an und spiele ihn möglichst genau nach: https://www.youtube.com/watch?v=198aT2O0t_E
- ✓ Achte auf die Betonungen
-
5. Wähle einen einfachen Grundbeat. Spiele den Beat bis du ihn komplett auswendig beherrschst. Baue in deinen Beat mindestens zwei verschiedene Breaks ein.
- ✓ Achte darauf, dass der Beat schön rund durchläuft.
 - ✓ Vor und nach den Breaks soll der Rhythmus ohne Unterbruch weiterlaufen.
-
6. Wähle selbst ein Repertoirestück oder ein Stück aus dem Musikunterricht und spiele es durch.
- ✓ Geniesse das Musikmachen!
-