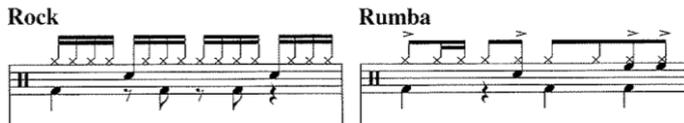


Trainingsplan 3

Drums

1. Lockere deine Handgelenke, deine Unterarme, deine Oberarme, deine Schultern. Schüttele sie mehrfach aus und zähle jedes Mal auf 10. ✓ Wiederhole bis du richtig locker bist.

2. Entscheide dich für eines dieser beiden Pattern (kleine rhythmische Figur) und wiederhole es endlos, bis du es beherrschst. ✓ 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 bestimmten Tempo (Rock: 120 / Rumba: 104) laufen. ✓ Achte auf eine saubere Rhythmisierung
✓ Wiederhole, bis du den Rhythmus des Metronoms einhalten kannst.
✓ Achte auf die Betonungen
4. Übernimm das richtige Tempo von einem Metronom und spiele dann den Takt mind. 10 Mal nacheinander. Kontrolliere anschliessend, ob du das Tempo einhalten konntest oder nicht. ✓ Du kannst die Anzahl gespielter Takte vergrössern, so gewinnst an Sicherheit im Spieltempo.
5. Etwas zum Nachspielen! Schau dir diesen Film an und spiele ihn nach! Spannends wird's in der zweiten Hälfte. 😊 ✓ Viel Spass

<https://www.youtube.com/watch?v=-UYgORr5Qhg>

6. Wähle selbst ein Repertoirestück oder ein Stück aus dem Musikunterricht und spiele es durch. ✓ Geniesse das Musikmachen!