

Trainingsplan 4

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 ein Rhythmuspattern, das du gerne spielst. Spiele diesen Rhythmus mehrfach durch, bis du ihn absolut fehlerfrei beherrschst. | ✓ Achte darauf, dass du das gewählte Pattern rhythmisch absolut genau und korrekt spielst. |
| 3. Nimm nun ein Metronom (z.B. App 'Metronom'). Wähle eine Geschwindigkeit (z.B. 100 Schläge pro Minute). Spiele deinen Rhythmus nun in diesem Tempo. Verändere anschliessend die Anzahl Schläge pro Minute und übe deinen Rhythmus im neuen Tempo. | ✓ Achte auf eine saubere Rhythmisierung
✓ Wiederhole, bis du den Rhythmus des Metronoms einhalten kann.
✓ Wiederhole die Übung mit ganz vielen verschiedenen Tempi. |
| 4. Nun kehren wir das Vorgehen um. Spiele deinen Rhythmus ohne Metronom in den folgenden Geschwindigkeiten:

80 Schläge pro Minute
100 Schläge pro Minute
120 Schläge pro Minute
140 Schläge pro Minute | ✓ Wiederhole immer wieder, bis du das richtige Tempo getroffen hast. |
| Kontrolliere nach dem Spielen mit dem Metronom, ob du das Tempo korrekt getroffen hast. | |
| 5. Lege deine Schlagzeugschläger auf die Seite und schaue dir diesen Film. Probiere zu Hause mit deinem Bruder, deiner Schwester, deinen Eltern, deinen Grosseltern, oder vielleicht auch deinem Hund oder deiner Katze (😊) dies nachzuspielen. | ✓ Viel Spass |

https://www.youtube.com/watch?v=IDvlo_LRIZ4



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

WWW.MGSENNWALD.CH

PRÄSIDENTIN: Beatrice Armbrecht, Läui 6, 9466 Sennwald ☎ 079 366 14 31 ✉ beatrice.wohlwend@bluewin.ch
DIRIGENT: Roland Wohlwend, Messligfeld 6, 9466 Sennwald ☎ 079 582 94 14 ✉ roland.wohlwend@bluewin.ch
BANK: Raiffeisen Sennwald, CH51 8130 4000 0010 0210 1, Musikgesellschaft Sennwald, Postfach, 9466 Sennwald