

Inhalt

Vorwort	5
Einleitung und Inhalt	6
1. Das richtige Atmen muss man üben	9
1.1. Übungen am Boden	10
1.2. Übungen im Stehen.....	18
1.3. Das Stützen	19
1.4. Übungen im Sitzen für den Arbeitsplatz	21
1.5. Balance für Sprecher und Sänger.....	24
2. Stimme kennen lernen über Sprache	27
2.1. Die Stimme, die Sprache und ihre Bedeutung	27
2.2. Instrumentenlehre oder Anatomie der Kehle	29
2.3. Sitz- und Ansatztypen.....	32
2.4. Die Vokalisation	39
2.5. Die Artikulation	46
3. Das Singen	55
3.1. Stimmregister und Lagenausgleich	55
3.2. Übungen zum Lagenausgleich	57
3.3. Intonation	59
3.4. Aktivierung des Zwerchfells	63
3.5. Nasallaute mit Weite im Mund- und Rachenraum.....	65
3.6. Harmonielehre	67
3.7. Blattsingen.....	73
3.8. Auswendigsingen.....	73
3.9. Üben und Einsingen	73
4. Die Bühne	77
4.1. Improvisationsübung	82
4.2. Bühnentechnische Dinge	86
Literaturnachweis.....	90
CD-Index	91
Danksagung	92