

## Lektionen zur Verbesserung der Bewegungsabläufe

### Doppelgriffe: Teil 2

Sehr geehrte Leser,

in unserer heutigen Ausgabe der Lektionen *zur Verbesserung der Bewegungsabläufe* beschäftigen wir uns mit einer Übung, die gerne von Konzertpianisten als Einspielübung verwendet wird.

Wir kennen alle das Problem: Nach dem Urlaub oder extremen beruflichen Verpflichtungen bleibt das tägliche Üben „auf der Strecke“, und die Finger lassen sich kaum noch kontrolliert einsetzen.

Ein deutliches Zeichen: **Wir sind voll aus der Übung!**

Für tägliche Tonleiter- und Dreiklangsstudien fehlt die Zeit, und für lange Etüden könnte man doch noch mehr Motivation gebrauchen.

Ein Teufelskreis beginnt. Täglich versuchen wir uns an den alten Stücken, die vor einiger Zeit noch fehlerfrei und gleichmäßig nur so über die Tasten „rauschten“.

Von Tag zu Tag stellen wir frustriert fest: **Wir haben fast alles verlernt, und können eigentlich wieder bei Null beginnen.**

Ein Szenario, das fast allen Hobby- aber auch Berufsmusikern irgendwann mal widerfahren sein dürfte.

Die unten stehende Übung bewirkt mit wenig Zeitaufwand eine deutliche Verbesserung der Fingerkoordination. Aufgrund der Spannweite (besonders beim großen Septakkord) ist diese Lektion mit Vorsicht zu erarbeiten.

Bei kleinsten Anzeichen von Verspannungen sollten Sie sofort eine Unterbrechung einlegen. Daher sollten Sie diese Lektion nicht länger als 10 Minuten hintereinander trainieren. Für alle die zu Hause eine gewichtete Tastatur besitzen, sollten Sie diese auch einsetzen. Aber auch auf den leichten Keyboard- und Orgeltasten stellt sich nach einer gewisser Zeit ein Fortschritt ein.

Trainieren Sie diese Übung täglich bis zu 2 X 10 Minuten täglich und nach einer Woche laufen Ihre Finger wieder kontrolliert und gleichmäßig.

Anweisung:

Auf den unten stehenden Noten haben ich Ihnen einige 5 – stimmige Akkorde aufgelistet. Üben Sie jede Hand getrennt und legen auf jeden Ton einen Finger (Fingersätze beachten). Drücken Sie dabei noch keine Taste herunter.

Nun beginnen Sie (am besten mit Metronom) die Doppelgriffe nach den Anweisungen auszuführen. Hören Sie genau auf Ihr Spiel und kontrollieren Sie das synchrone Spiel der Doppelgriffe.

Viel Erfolg bei dieser Übung wünscht Ihnen das Team von Tasten – Live / Orgel – Live !

The image shows handwritten musical notation for guitar. At the top, there are two staves. The right hand (R) staff shows a sequence of chords: a G major triad (5, 3, 2, 1), a G major triad with a slash, and five double bar lines. The left hand (L) staff shows a sequence of chords: a G major triad (1, 2, 3, 4, 5), a G major triad with a slash, and five double bar lines. Below the staves, there are two lines of double fingering exercises. The first line is for the right hand (R) and is labeled 'Doppelygriffe: R'. It shows a sequence of fingerings: 3 4 3 4 3 4 3 4 3 4, with a checkmark above the 4th measure and a 'V' above the 5th measure. The second line is for the left hand (L) and shows a sequence of fingerings: 3 2 3 2 3 2 3 2 3 2, with a checkmark above the 5th measure, followed by 1 2 1 2 1 2 1 2, with a checkmark above the 5th measure. The text 'Innenhand' and 'Aussenhand' is written above and below the exercises respectively.

R. = rechte Hand    L. = linke Hand

Innenhand = Daumen aufwärts

Außenhand = 5. Finger abwärts

Die Doppelgriffe wenden Sie bitte bei allen Akkorden mit mehrmaliger Wiederholung an.