

<b>Über dieses Buch</b> .....	4
<b>Einleitung</b> .....	5
<b>Warm-Ups zum Probeneinstieg (Nr. 1–21)</b> .....	7
<b>Atmung (Nr. 22–28)</b> .....	17
<b>Vokale (Nr. 29–40)</b> .....	23
<b>Aussprache (Nr. 41–68)</b> .....	31
<b>Beweglichkeit (Nr. 69–76)</b> .....	45
<b>Tonleitern (Nr. 77–93)</b> .....	51
<b>Intervalle (Nr. 94–106)</b> .....	65
<b>Intonation (Nr. 107–110)</b> .....	73
<b>Phrasierung (Nr. 111–114)</b> .....	77
<b>Ausgeglicherer Chorklang (Nr. 115–116)</b> .....	81
<b>Dynamik (Nr. 117–118)</b> .....	83
<b>Moll (Nr. 119–124)</b> .....	85
<b>Stimmumfang (Nr. 125–143)</b> .....	89
<b>Akkorde (Nr. 144–158)</b> .....	97
<b>Kanons (Nr. 159–167)</b> .....	107
<b>Mitwirkende Autoren</b> .....	113
<b>Index</b> .....	120

# Über dieses Buch

## Erinnern Sie sich noch an Ihren ersten Musikkongress?

*Ich erinnere mich noch gut daran.*

Ich war Choral Graduate Assistant an der Universität von Miami und wollte meinen M.A.-Abschluss im Fach Begleitung machen. Für meine weitere Zukunft hatte ich noch nichts geplant. Ich sang mit „The Chamber Singers“ unter der Leitung von Lee Kjelson und war für die Choreographie zuständig. Die Gruppe erhielt das Angebot für einen Gesangsauftritt bei der Eastern MENC Convention (Kongress des amerikanischen Bundesverbandes für Musikpädagogik) in Nashville und der National ACDA Convention (Kongress des amerikanischen Chorleiterverbandes) in Kansas City. Ehrlich gesagt hatte ich keine Ahnung, welche Bedeutung ein Auftritt im Rahmen dieser beiden Kongresse hatte bzw. welche Bedeutung er für mein Leben, meine Zukunft und meine Interessen haben würde. Die Teilnahme an diesen beiden Veranstaltungen veränderte mein Leben von Grund auf: Meine Zukunft lag in der Chormusikpädagogik. (Außerdem arbeite ich seitdem und bekam – dank dieser Konzerte – eine Stelle als College-Dozentin und wurde Mitglied der Fred Waring-Organisation).

Ich werde nie vergessen, als ich zum ersten Mal den Ausstellungsbereich des Kongresses betrat: Musikverlage, Musikalienhändler, Spendensammler, Taktstöcke, Wandertheater, Talare, Tribünen – ein wahres Potpourri aus attraktiven Dingen. Ich fühlte mich wie ein Kind an Weihnachten! Ich trug meinen Namen in jedes Adressformular ein, knüpfte Kontakte und

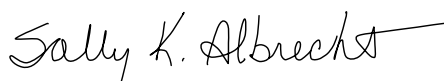
schloss Freundschaften fürs Leben. Ich sah mir Notenausgaben an, nahm Kataloge mit, hörte mir Aufnahmen an, probierte Talare an und aß Pizza. Ich fühlte mich wie ein Mitglied eines neuen Chorclubs und wurde bald darauf MENC- und ACDA-Mitglied.

Außerdem besuchte ich Konzerte, Workshops und Vorträge. Ich bestaunte und bewunderte die Talente und die Qualität der Präsentationen und Auftritte. Ich genoss das Gefühl der Gemeinschaft – hier wurden Ideen, Noten, Talente, Forschungsprojekte und die Liebe zur Musik miteinander geteilt.

Alle Chor- bzw. Musikschüler sollten unbedingt die Gelegenheit erhalten, an solchen Veranstaltungen teilzunehmen. Daher war die Zusammenstellung dieses neuen Warm-Up-Buches eine so lohnende Erfahrung für mich und hoffentlich auch für alle anderen mitwirkenden Autoren.

Mein persönlicher Dank gilt allen, die zu dieser Sammlung beigetragen haben. Ein besonderes Dankeschön geht an meinen Freund und Mentor Dr. Lee Kjelson, der mich seit 1976 dazu bringt zu sagen: „Ich glaube, ich kann!“

Ihre



Sally K. Albrecht  
Leiterin Schulchorpublikationen  
Alfred Publishing

### ANMERKUNGEN ZUR DEUTSCHEN ÜBERSETZUNG:

DAS PRAXISBUCH DER CHOR WARM-UPS ist die deutsche Übersetzung der amerikanischen Originalausgabe THE CHORAL WARM-UP COLLECTION. Sie ist eine Bestandsaufnahme der Chor Warm-Up-Praxis in den USA. Sie ermöglicht deutschen Chorleitern einen Blick über den Tellerrand der hiesigen Chorpraxis, der sehr hilfreich sein kann. Denn die Herausgeberin Sally K. Albrecht hat hier insgesamt 167 Ein-

sing- und Aufwärmübungen von 51 amerikanischen Chorleitern zusammengestellt, die sich in der alltäglichen Probenarbeit bereits bewährt haben. Egal, welchen Chor Sie leiten – ob Kinder-, Jugend-, Erwachsenenchor, ob weltlicher oder Kirchenchor. Die vorliegende Sammlung wird Ihnen Anregung und Inspiration für die Entwicklung eigener, individuell auf Ihren Chor zugeschnittener Warm-Ups geben.

# 1 Einstiegsübung, Atmung

Bingham Vick, Jr

Nutzen Sie die Warm-Up-Phase, um dem Chor eine gute Atemtechnik beizubringen:

- langsam durch die Nase einatmen, als ob man an einer duftenden Rose riechen würde
- die Luft bis „tief unten in den Magen hinein“ einziehen
- die Luft durch Zusammenziehen der Bauchmuskulatur und „Wegblasen einer Feder“ herausblasen

Wenn sich die Sänger auf ihre Aufgaben konzentrieren und auf die verbale und

nonverbale (Gesten) Kommunikation seitens des Chorleiters reagieren, können Sie anfangen, leise zu singen bzw. zu summen. Beginnen Sie mit einem leisen Summen auf einem einzigen Ton der mittleren Stimmlage, der dann als Ausgangston für das Singen und Zuhören dienen kann. Erinnern Sie die Sänger daran, dass der Kiefer locker sein sollte und die Zunge unten im Mund liegen muss. Vor allem aber sollten sie zuhören – Ihnen und dem Ensemble. Vom Summen können Sie dann zu einfachen Warm-Ups mit den Hauptvokalen übergehen.

# 2 Einstiegsübung, Tonhöhe, Resonanz,

## Konzentration auf den Chorleiter

Mark Munson

Das Ziel dieser Übung ist, langsam mit der Lauterzeugung zu beginnen und Resonanz zu entwickeln. Die Übung kann gut im Anschluss an Dehn- und Atem-Warm-Ups durchgeführt werden. Sie macht vor allem Jugendlichen im Alter von ca. 12–14 Jahren Spaß.

1. Der Lehrer steht vor dem Chor und hält eine Hand vor die Brust. Die Handfläche zeigt nach unten.
2. Erinnern Sie die Sänger an die drei Möglichkeiten zu summen: auf einem *m*, *n* oder *ng*.
  - *m*: die Lippen sind fest geschlossen und die Zähne berühren sich nicht
  - *n*: die Lippen sind geöffnet und die Zunge liegt hinter den Zähnen
  - *ng*: der Kiefer fällt in die „ah“-Position, der Zungenrücken wird an den Gaumen gehoben
3. Die Sänger summen ein *m* im mittleren Bereich ihres Stimmumfangs.
4. Wenn der Chorleiter die Hand nach unten bewegt, singt der Chor tiefer, bewegt er sie nach oben, singt der Chor höher.
5. Wenn der Chorleiter die Hand nach rechts bewegt, singt der Chor *crescendo*. bewegt er sie nach links, singt er *decrescendo*.
6. Nachdem ein paar Sekunden lang ein *m* gesummt wurde, wird die Übung mit *n* und dann mit *ng*, wiederholt. Die Sänger werden daran erinnert, wie die Laute gebildet werden. Um die Lautbildung zu festigen, sollten die Sänger beschreiben, wo sie beim Summen der drei Laute Vibrationen verspüren.

## 22 Atmung

Timothy Seelig

Diese Atemübung hat wahrscheinlich jeder schon einmal in der einen oder anderen Variation gemacht. Der Legende und ein paar hinzu gedichteten Details zufolge stammt sie von dem berühmten Kastraten Farinelli. Legen Sie die Hände auf die Hüften, atmen sie acht langsame Schläge lang tief ein und heben Sie dabei die Arme auf Schulterhöhe an. Halten Sie diese Position weitere neun Schläge lang, ohne die Stimmritze zu schließen. Dann

atmen Sie mit einem Zischen oder einem stimmhaften „sss“ so lange wie möglich aus. Dabei bleibt der Brustkorb oben. (Die Arme können dabei langsam gesenkt werden). Das Einziehen der Bauchmuskulatur sollte so lange wie möglich hinausgezögert werden. Machen Sie diese Übung zu Beginn der Probe, um die Sänger an die tiefe Atmung und die Gesamtheit der Atmungsorgane zu erinnern.

## 23 Atmung

Janeal Krehbiel

Hier ist ein hervorragendes Einstiegs-Warm-Up, um die Atmungsorgane in Schwung zu bringen und den Chormitgliedern *begreiflich* zu machen, wo die Atmung entstehen muss.

1. Dreimal die Luft einziehen (in der richtigen Haltung).
2. Eine Sekunde lang halten.
3. Drei weitere Male die Luft einziehen.
4. Darauf folgt ein Gähnen/Seufzen, das in der Kopfstimme entsteht. Dabei ist der Mund weit geöffnet und der ganze Körper beteiligt.
5. Beim Gähnen/Seufzen können alle Vokalklänge verwendet werden.

## 24 Atmung

David Stutzenberger

Dieses Warm-Up ist das perfekte Hilfsmittel für das korrekte Einatmen. Die Sänger stellen sich mit herabhängenden Armen hin. Dann werden die Finger mit nach oben zeigenden Handflächen vor dem Körper direkt unterhalb der Taille leicht verschränkt. Aus dieser Position

atmen die Sänger vier Schläge lang ein. Dabei ziehen sie die Hände auseinander und bewegen die Ellenbogen in einer horizontalen Linie nach außen. Diese Bewegung der Hände und Arme trägt zum korrekten Einatmen bei gleichzeitiger Dehnung der Atemmuskulatur bei.

## 29 Vokale, Dynamik

Mark Munson

Mit Hilfe dieser Übung kann man die Resonanz, die durch ein Summen (*hm*) schnell erreicht wird, auf Vokalklänge

(„ah“, „eh“, „ih“, „oh“ und „uh“). Die Sänger können die Silbe „mu“ auch als *crescendo* oder *decrescendo* o singen.



Ma me mi mo mu, ma me mi mo mu,  
ma me mi mo mu ma me mi mo mu.

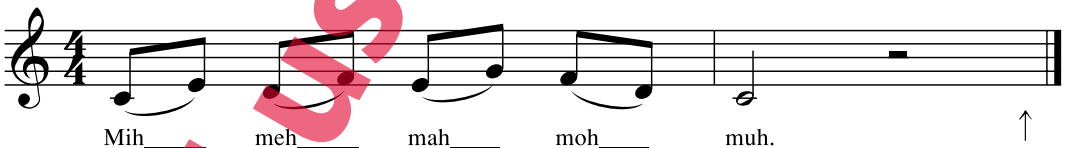
The image shows two staves of music in 4/4 time. The first staff contains two measures of music with lyrics 'Ma me mi mo mu, ma me mi mo mu,'. The second staff contains two measures of music with lyrics 'ma me mi mo mu ma me mi mo mu.' and a final measure with a double bar line and a vertical line with an upward arrow above it and a downward arrow below it.

## 30 Vokale, Intervalle

Michael Weber

In diesem Warm-Up sollten die Sänger an der Erzeugung reiner Vokale arbeiten. Diphthonge sollten vermieden werden, vor allem beim „eh“, das nicht wie „ey“ klingen sollte. Der Kiefer befindet sich in einer offene Position, die auch beim Tonhöhenwechsel unverändert bleibt. Arbeiten Sie an der Legato-Phrasierung

sowie an der Lautbildung vorn im Mund mit dem Konsonanten „m“. Die Sänger sollten ein „Summen“ oder Vibrieren vorn im Mund spüren, entweder an oder direkt hinter den Lippen. Bei der Öffnung des Mundes zum Vokal sollte der Vokal an derselben Stelle gebildet werden, an der die Vibrationen im Mund zu spüren waren.



Mih meh mah moh muh.

The image shows a single staff of music in 4/4 time with five measures. The lyrics are 'Mih meh mah moh muh.' The first four measures contain quarter notes, and the fifth measure contains a half note. An upward arrow is positioned below the end of the staff.

## 77 Tonleitern, Bewegung

Timothy Seelig

Diese Übung ist hervorragend geeignet, um sich alte Angewohnheiten wie „Kinn bei hohen Tönen nach oben“ und „Kinn bei tiefen Tönen auf das Brustbein drücken“ abzugewöhnen. Die Ergebnisse sind erstaunlich (vor allem, wenn der Chor die Kinnbewegung umkehren soll: bei den hohen Tönen nach

unten und bei den tiefen nach oben). Diese Übung kann lässt sich auch gut auf das Repertoire anwenden: In der Probe zeigt das Kinn bei den hohen Tönen nach unten und bei den tiefen nach oben. Dieses Konzept wird dann auf die Musikstücke übertragen.

Kinn nach oben                      Kinn nach unten                      Kinn nach oben

Ah oh uh oh.                      ↑ ↓

## 78 Tonleitern, Akkorde, Kanon

Jim Hudson

Hier werden Silben und Intonation anhand einer einfachen diatonischen Tonleiter geübt. Beim ersten Mal wird die Übung einstimmig gesungen. Dann setzen einzelne Stimmen an verschiedenen Stellen ein (auf jedem Schlag, jedem zweiten Schlag, jedem dritten Schlag etc.) und bilden so einen Kanon (in Sekunden, Terzen, Quarten etc.). Sie können die Einsätze mit den Fingern geben (1 Finger =

Sopran, 2 Finger = Alt, 3 Finger = Tenor, 4 Finger = Bass). Das Tempo sollte konstant bleiben. Ab und zu sollte jedoch unterbrochen werden, um Akkorde und Tontrauben zu bilden.

Die Übung kann auch in anderen Tonarten und mit anderen Tonleitern gesungen werden. Außerdem kann man mit verschiedenen Vokalen experimentieren.

Do re mi fa sol la ti do, do ti la sol fa mi re do.                      ↑ ↓

## 79 Tonleitern, Akkorde, Kanon

Ronnie Sanders

Dieses Warm-Up fördert das Zuhören besonders effektiv. Sänger und Ensemble lernen zuzuhören, damit sich der Chor nicht verstimmt. Zudem kann man damit gut die Terz und große Septime der Durtonleiter üben. Beginnen Sie *piano* und langsam. Wenn die Übung einstimmig gut klappt, können ver-

schiedene Gruppen gebildet werden, die in beliebiger Reihenfolge alle zwei Schläge einsetzen. Zur Abwechslung können die Gruppen auch unterschiedlich artikulieren (z. B. alle Frauen *staccato* und alle Männer *legato*) oder unterschiedlich laut singen.

Do re mi fa sol la ti do re do ti la sol fa mi re do.                      ↑ ↓



# 111 Phrasierung (Legato), Bewegung

Timothy Seelig

Brauchen Sie ein bisschen Bewegung zum Singen von *Legato*-Phrasen? Die Sänger stellen sich paarweise auf und singen eine Phrase aus ihrem Repertoire – ohne *legato* zu singen oder zu phrasieren. Sie betonen jedoch (auf negative Weise) jede Note. Dann geben sich die Sänger gegenseitig die rechte Hand. Beim Singen ziehen sie kräftig an der Hand des anderen. Dieses Ziehen kann innerhalb kürzester Zeit in

ein kräftiges *Legato* umgesetzt werden. Wenn sich die Sänger Ihnen wieder zuwenden, sollen sie sich die Energie vorstellen, die sie in das Ziehen ihres Partners gesteckt haben, und all diese Energie für das *Legato* der Phrase aufwenden. Natürlich macht es auch ziemlich viel Spaß, die Phrase zuerst mit einem Vokal und dann mit den Vokalen des Textes ohne Konsonanten zu singen.

# 112 Phrasierung, Intervalle

Leslie Guelker-Cone

In der folgenden Übung wird Betonung („mi“) mit stimmlicher Freiheit und einem „Satz nach oben“ („ah“) kombiniert. Die Übung wird in einem Atemzug gesungen. Bei jeder Zäsur (Komma) wird kurz abgesetzt, aber ohne einzuatmen, was zu einer

besseren Intonation der reinen Quarte führt und außerdem eine gute Phrasierungsübung ist. Zur Abwechslung kann der absteigende Dreiklang *staccato* gesungen werden.

Mi - e mi - o mi - a. ↑ ↓

# 119 Tonalität (Dur - Moll), Artikulation

Hilary Apfelstadt

In diesem Warm-Up geht es um die Tonarten sowie um die Entwicklung des *Legato*- / *Marcato*- / *Staccato*-Gesangs. Hierbei müssen Atmung und Artikulationsorgane flexibel sein. Die Übung wird schnell und in einem Atemzug gesungen.

1. Die erste Übung singen: Dur.
2. Die erste Übung wiederholen: Moll.
3. Die gesamte erste Übung (in Dur und Moll) singen.
4. Die zweite Übung singen: In jedem Takt wechseln sich Dur und Moll ab.

*legato* *marcato*

**A**

Mah mah mah mah bah bah bah bah

*staccato*

pah pah pah pah pah pah pah pah pah. ↑ ↓

**B**

Mah mah mah mah bah bah bah bah

pah pah pah pah pah pah pah pah pah. ↑ ↓

M = Dur  
m = Moll

# 120 Moll, Vokale

Lois Fital

Diese schwermütige Phrase in Moll erinnert die Sänger daran, sich auf den Klang der Stimme zu konzentrieren.

Die Silbe „us“ sollte möglichst so rund gesungen werden wie die restlichen Silben/Wörter der Übung.

*Slowly*

Klang-fo - kus, Klang-fo - kus, uh Klang-fo - kus.