

## Lange Töne

2er-Bindungen

Katja Reinbold

♩ = 60

MehrquerCoach

Atme tief in den Bauch ein, baue eine Grundspannung auf und lasse Deine Luft gleichmäßig strömen. Entwickle einen Schwung zum nächsten Ton. Denke nicht so sehr an Dynamik beim *crecendo*, sondern vielmehr an Richtung: Du spielst zu Deinem Zielton hin und entspannst dann wieder. Stelle Dir vor, Du spuckst einen Faden aus. Er darf nicht durchhängen! Nimm Dir 4 Schläge Zeit zum Atmen und tue dies bewusst. Denke dran: nach dem Ton ist vor dem Ton. Das tiefe und entspannte Atmen ist genauso wichtig, wie der Ton selbst!