TENORHORN-WORKSHOP

MIT ALEXANDER WURZ

DASS DAS TENORHORN »STIEFMÜTTERLICH« BEHANDELT WÜRDE, WÄRE ÜBERTRIEBEN. DOCH SO WAHNSINNIG OFT KAM ES NOCH NICHT VOR. SCHON GAR NICHT IN EINEM WORKSHOP. BIS JETZT...

Links: Körperhaltung stehend, aufrecht, Beine auseinander
Rechts: Körperhaltung sitzend, Oberkörper aufrecht

KAPITEL 1 – DAS TENORHORN

Das Tenorhorn ist ein weit mensuriertes Blechblasinstrument. Es gehört zur Familie der Bügelhörner. In B gestimmt misst es ca. 266 cm und ist damit etwa doppelt so lang wie das Flügelhorn. Deswegen wird das Tenorhorn auch gelegentlich »Bassflügelhorn« genannt. Durch seine konische Bauweise klingt es im Vergleich zur Posaune, die in der gleichen Lage klingt, sehr weich. Wie alle Instrumente aus der Familie der Bügelhörner ist die Intonation etwas »kniffliger« als beispielsweise bei Trompeten oder Posaunen, die ja zylindrisch gebaut sind. Das Tenorhorn wurde 1847 in der Militärmusik eingeführt, um die Lücke in der Instrumentierung zwischen der Tuba und der tiefen Es-Trompete zu schließen. Es handelt sich also um ein Instrument der Tenorlage, das sehr weich und sehr gesanglich gespielt werden sollte.

KAPITEL 2 – ATMUNG

Es braucht verhältnismäßig viel Luft, um dem Tenorhorn Töne zu entlocken. Das gilt im Übrigen für alle Blechbläser. Aus diesem Grund müssen wir unserer Atmung sehr große Aufmerksamkeit schenken.

Warum ist die Atmung für uns Bläser allgemein so wichtig? Ganz einfach: Durch die richtige Luftführung erzielen wir ohne unnötigen Kraftaufwand auf unserem Instrument das gewünschte Klangergebnis. Oftmals atmen wir zwar richtig ein (Zwerchfellatmung), aber durch falsche Gewohnheiten beim Ausatmen geht die optimale Luftführung (Luftsäule) verloren. Viele Gründe können da mitspielen. Hauptursache ist meist eine falsche Körperhaltung. Da unser Körper bei längerem Spielen ähnlich wie bei Hochleistungssportlern gefordert wird, müssen wir unsere Kräfte genau einteilen. Der Ausgangspunkt dafür ist unsere Körperhaltung. Wenn wir unseren Körper in eine entspannte Haltung bringen, können wir den Einsatz der Atemorgane und der Stützmuskulatur optimal einfordern.

Übung 1:
Nun atmen wir einmal sehr tief ein. Dabei stellen wir fest, dass es mehrere Bereiche im Oberkörper gibt in welche wir die Luft »hineinatmen« können.
Wir unterteilen:
- Brustkorb
- Flanken
- Bauch

Mit der ersten Übung werden wir diese Bereiche etwas dehnen. Wir atmen ganz tief ein und halten die Luft wenige Sekunden. Danach atmen wir ganz langsam und kontinuierlich aus. Das ganze sehr ruhig und entspannt.

Übung 2:
Nun trainieren wir die Zwerchfellatmung, die für uns Blechbläser äußerst wichtig ist. Diese Variante des Einatmens sollte für uns unbedingt automatisch (ohne darüber nachdenken zu müssen) ablaufen.

Wie funktioniert die Zwerchfellatmung (auch Musikeratmung genannt)? Die Zwerchfellatmung ist eine aktive Atmung durch Kontraktion des Zwerchfells. Dazu wird der Muskel (Zwerchfell), der den Bauchraum vom Brustraum trennt, in Richtung Bauch gewölbt. Dadurch entsteht in der Lunge ein Unterdruck und die Atemluft strömt ein. Je mehr Luft wir auf diese Weise einatmen, umso mehr Volumen steht uns für die Tonbildung zur Verfügung. Dabei erzeugen bei der Ausatmung die Flanken und das Zwerchfell den nötigen Druck zur Tonerzeugung. Es ist darauf zu achten, dass dieser Druck bewusst und kontinuierlich von uns selbst gesteuert wird. Oft mache ich diese Atemübungen auch mit meinem Orchester als »Warm-up« vor der Probe. Nebenbei hat dies auch eine beruhigende und die Konzentration steigernde Wirkung auf jeden Musiker.

Übung 3:
Die dritte Gruppe von Atemübungen lässt sich direkt auf dem Instrument anwenden. Das heißt, man macht die Übung und versucht dann auch mit dem Instrument genauso frei und leicht zu atmen wie vorher ohne Instrument. Achtung! Oft kommt es vor, dass man mit dem Instrument verkrampft und so durch falsche Atmung weniger schöne Töne herausbringt (Intonation und Klang). Der Fluss der Atemluft muss immer einen ununterbrochenen Kreislauf bilden. Niemals sollte eingeatmete Luft in der Lunge gestaut oder angehalten werden. Selbst gestoßene Töne (auch Staccatopassagen) unterbrechen den Luftfluss nicht. Es ist also nur die Zunge, die dafür sorgt, dass kurzfristig keine Luft mehr ins Instrument fließt. Die Atmung stockt beim Anstoßen nicht aus dem Bauch heraus. Und natürlich ist immer eine aufrechte Körperhaltung wichtig, bei der man die Zirkulation weder durch übereinandergeschlagene Beine noch durch einen run-

Fotos: privat

den Rücken beeinträchtigt. Im Stehen zu üben ist daher die einfachste Möglichkeit der guten Körperhaltung.

KAPITEL 3 – LUFTFÜHRUNG

Richtige Luftführung ist eine Grundvoraussetzung für gute und bewusste Phrasierung sowie Interpretation. Dabei kommt es darauf an, gleichmäßig und gut dosiert zu arbeiten. Wichtig ist hierbei, erst einmal zu wissen, über welche Strecke meine eingeatmete Luft bequem ausreicht. Man sollte niemals Phrasen so lange dehnen, bis einem im wahrsten Sinne des Wortes die Luft ausgeht. Macht am einfachsten Phrasierungsübungen mit einem Metronom. So habt ihr die zeitliche Ausdehnung eurer Phrase fest im Griff. Um die Übung anspruchsvoller zu gestalten, baut ihr einfach ein Crescendo und Decrescendo ein. Am besten noch mit Stimmgerät, um die Intonation zu überprüfen.

Weite Bindungen: Ein sehr wichtiges Intervall des Tenorhorns ist die Quinte und die Quarte, denn viele Übungen sind darauf aufgebaut. Mein Rat: Wenn die Bindungen über Quarte und Quinte sauber und ohne Bruch laufen, geht schnell zu Oktav-, Non- und Dezim-Bindungen über und lernt das Zusammenwirken von Luftstrom, Zungenwölbung und Einsatz der Stütze kennen. Zunächst wird es nicht so einfach sein, ohne »Zwischentöne« diese großen Sprünge zu binden. Deshalb: langsam und kontrolliert üben. Ich berufe mich immer auf die besonders unter Trompetern sehr bekannte Arban-Schule, welche alle Anforderungen für Bindeübungen praxisnah abdeckt.

KAPITEL 4 – ANSATZ/KRAFT/AUSDAUER

Sehr oft fragen mich Musiker nach Übungen für einen besseren Ansatz und eine längere Ausdauer. Oft werden hier die Lippenmuskeln misshandelt, weil man schnell Kraft aufbauen möchte. Dabei ist die Muskulatur sehr empfindlich und man sollte sehr sorgfältig mit ihr umgehen.

Es ist wichtig, tiefe Töne zu spielen. Denn auf der voluminösen, gut beherrschten Tiefe baut sich die Höhe auf. Wir halten zunächst lange Töne in tiefer Lage aus. So verhindern wir unnötigen Mundstückdruck, halten dafür aber die Muskulatur um den Mund schön lange in der Arbeitsstellung. Also praktisch eine Belastung ohne Überlastung.

Hier rate ich zu folgender Übung:
Ganze Töne aushalten, die nicht über das g^1 hinausgehen. Ansonsten lieber nach unten oktavieren. Nicht durch den Mund, sondern durch die Nase atmen. Dadurch braucht man nicht abzusetzen und die Lippenstellung bleibt immer beim leichten »ü« gehalten. Das Ganze in einem langsamen Tempo halten! Nach wenigen Minuten spürt man die Belastung in den Lippen, jedoch ohne großen Druck. Macht man diese Übung alle zwei Tage, wird man einen kontrollierten Zuwachs an Ausdauer spüren. Später darf dann auch die Höhe mit einbezogen werden.

NICHT JEDER TRAINIERT GLEICH

Ich rate jedem, den eigenen Weg zu finden und nicht andere Musiker »eins zu eins« kopieren zu wollen; seien es Kollegen oder der eigene Lehrer. Im Laufe des konzentrierten, ehrlichen und auf die Grundlagen am Instrument ausgerichteten Übens wird man bemerken, wie die eine oder andere Übung den Klang und das Spiel auf dem Instrument beeinflusst. Man spürt, was gut tut und was weniger Erfolg bringt. Voraussetzung dafür ist jedoch die eiserne Disziplin, an den Grundlagen zu arbeiten. Tenoristen, die sich nach bestenfalls zehn Minuten »Einblasen« doch wieder nur ihrer »Virtuosität« widmen, die Finger unkontrolliert über die Ventile kreisen lassen und ihre Lippen mit Gewalt in die hohen Lagen zwingen, werden auch mit meinen Tipps nicht recht weiterkommen.

Hört euch selbst zu, analysiert anhand der einfachen Übungen eure individuellen Probleme und überfordert euch nicht. Die Arbeit an den Grundlagen gehört auch für Profis zum täglichen Geschäft wie das Zähneputzen nach dem Aufstehen. Hat man diese Grundlage versäumt und geht einfach so zur Tagesordnung über, schmeckt der Rest des Tages doch recht fad… Stellt euch aus meinen Tipps einen eigenen Übe-Cocktail zusammen; sucht euch Übungen aus verschiedenen Schulen zusammen, die ihr für zielführend haltet und die zu meinen Tipps in diesem Workshop passen. Analysiert eure Schwächen und eure Möglichkeiten an eurem Instrument selbst, denn das beste Feeling für euch habt ihr immer noch selbst.

WURZ & BÜNDIG

Im kommenden Jahr wird Ihre Debüt-Solo-CD erscheinen – was und wer wird zu hören sein?
Zu hören sein wird meine erste eigene Solo-CD »All of me«. Ich bin sehr stolz, dass mich hierbei eines der besten Blasorchester der Welt begleitet, das Musikkorps der Bundeswehr unter der Leitung von Oberstleutnant Christoph Scheibling. Es wird eine bunte Mischung unterhaltender Blasmusik mit ganz neuen Arrangements von Peter Riese. Des Weiteren werden zwei Gastsolisten mit mir im Duett spielen: Christoph Moschberger (Trompete/Flügelhorn) und Carsten Ebbinghaus (Tenorhorn/Bariton).

Wie kam es zu dieser Zusammenarbeit?
Als die Idee aufkam, eine CD mit sinfonischem Blasorchester zu machen, war natürlich erst mal die Frage, welches Orchester spielt. Mein absolutes Wunschorchester war natürlich das Musikkorps der Bundeswehr. Ich kenne die Kollegen sehr gut, da ich auch schon des Öfteren die Ehre hatte auszuhelfen. Den Chef und Dirigenten Scheibling kenne ich noch sehr gut aus meiner Zeit beim Luftwaffenmusikkorps 2 Karlsruhe. So schließt sich der Kreis und ich freue mich schon wahnsinnig auf die Zusammenarbeit.

Was bedeutet Ihnen persönlich diese CD? Selbstverwirklichung? Austoben? Weiterbildung?
Natürlich spielt alles eine kleine Rolle. Ich denke, dass die erste Solo-CD für jeden Künstler etwas Besonderes ist im Leben.

Wollen Sie auch beweisen, was mit Ihrem Instrument möglich ist?
Ein Stückweit schon, aber es wird keine CD mit einer Bravour-Nummer nach der anderen. Peter Riese und ich waren uns einig, dass die CD für jeden Blasmusikfreund interessant sein soll. Das Tenorhorn wird auch manchmal in andere Musiksparten entführen, wo man es vielleicht nicht erwartet.

Die CD ist jetzt schon vorbestellbar unter **cd@alexander-wurz.de**