

ANIKA NILLES

PAD BOOK

FUNDAMENTAL WORKOUTS

DIVISION STUDIEN

MIXED METERS

POLY RHYTHMEN

UNABHÄNGIGKEIT DER HÄNDEN

DEUTSCHE
EDITION



ÜBER DIE AUTORIN



Photo © by Marius Mischke

ANIKA NILLES ist Schlagzeugin, Komponistin und Schlagzeugdozentin. Sie studierte Schlagzeug und Music Business an der POPAKADEMIE in Mannheim bei **Udo Dahmen, Jost Nickel** und **Claus Hessler**.

Anika war nicht nur mit mehreren Künstlern und Bands auf der Bühne, sondern debütierte 2013 online auf ihrem **YouTube-Kanal**, wo sie Videos ihrer einzigartigen Kompositionen und unnachahmlichen Spielweise veröffentlichte. Mit nahezu 20 Millionen Video-Aufrufen in den letzten Jahren hat sie sich einen Namen als gefragte Drummerin und Dozentin gemacht. Bis heute hat Anika zwei Longplay-Alben sowie mehrere Singles veröffentlicht.

Als namhafte Clinician tourte sie bereits durch Asien, Nordamerika, Australien und Europa. Sie nahm an diversen bedeutenden Drum-Events teil wie z.B. an der PASIC (USA), der LONDON DRUMSHOW (UK), dem DRUMEO FESTIVAL (Kanada), dem RALPH ANGELILO DRUMFEST (Kanada) und der BAG SHOW (Frankreich) u.v.a.

Für ihre Arbeit als Clinician und Educator gewann sie bereits zahlreiche, prestigeträchtige, internationale Preise und Auszeichnungen, darunter:

2015 Modern Drummer Readers Poll for *Up And Coming Artist*,

2016 DRUM! Magazine *No. 1 Rising Star*

2017 UK Drummies Awards *No. 3 Best Educator*

2018 UK Musicradar *No. 1 Best Clinician*

2019 UK Musicradar *No. 3 Best Clinician*

Anika unterrichtet an der Popakademie – der University of Popular Music and Music Business – in Mannheim, am Nexus ICA (UK) und als Gastdozentin bei DRUMEO (Kanada).

Neben ihrer Arbeit als Educator, Clinician, Autorin und Komponistin spielt sie regelmäßig mit ihrem eigenen Bandprojekt NEVELL und wird gerne als freiberufliche Schlagzeugin gebucht.

Als Autorin schreibt sie Workshops u.a. für *drums & percussion* (Deutschland) und *DRUM!* (USA). Mit ihrem **PAD BOOK**, das sowohl in englischer als auch in deutscher Sprache bei Alfred Music publiziert ist, legt sie ihr Debüt als Buchautorin vor.

CREDITS

photo © by Friedrich Günther



Anika repräsentiert definitiv eine neue Generation von Drummer*innen des 21. Jahrhunderts – und das in unterschiedlicher Hinsicht. Ihr erstes Buch gibt einen Einblick in den „konzeptionellen Tresor“: Wie organisiert man sein Üben, entwickelt Drumset-Anwendungen aus Pad-Übungen und generiert neue Möglichkeiten und musikalisches Vokabular. Und ich

bin sicher: Anika übt und benutzt die gezeigten Dinge wirklich! Ich bin stolz, sie lange Jahre als Mentor begleitet zu haben, einiges von meinem Input durchschimmern und gleichzeitig in andere Richtungen weiter entwickelt zu sehen. Viel Spaß mit dem Buch, checkt die Sachen aus und macht sie zu euren!

CLAUS HESSLER

Drummer, Schlagzeugpädagoge, Autor und Präsident von ‚Percussion Creativ e.V.‘



photo © by drumeo

It's rare that a drummer is both a world class educator and artist. Anika is the exception to the rule, she embodies both at the highest level. It has been an honour to work with her at Drumeo on multiple occasions and I'm excited to experience how her contributions will continue to help millions of drummers for years to come.

JARED FALK Drumeo-Gründer und Geschäftsführer

photo © by Kana Tarumi



Anika is like a sister to me, I remember the 1st time she came to my Drum Studio; Blew me away. She is so Dedicated, Methodical, Thoughtful, & VERY Tasteful. I'm proud of who she has become today.

CHRIS COLEMAN Drummer u.a. bei Prince und Beck

photo © by Gerhard Kühne



Ich hatte viel Spaß daran, Anika als Studentin an der Popakademie Mannheim zu unterrichten. Jetzt hat sie – als eine meiner Lieblings-Schlagzeugerinnen – dieses Buch geschrieben und ich freue mich, dass ich nun von ihr lernen kann. Das Beste ist: Mit diesem Buch könnt ihr das auch

JOST NICKEL Drummer bei Jan Delay u.a., Autor und Komponist



photo © by Arthur Bauer

Anika Nilles schließt mit ihrem Buch eine wichtige Lücke zum kreativen Üben mit dem Pad: Workouts und Warm-ups, die dazu dienen, das Gehör und auch die Unabhängigkeit zwischen rechter und linker Hand mit einer Vielzahl von Beispielen gezielt zu entwickeln. Das mentale Üben am Pad ohne Drumset beschleunigt den Prozess der Umsetzung

am Set, wenn eine der innovativsten Drummer(innen) der neuen Generation ihre Arbeitsroutinen der Öffentlichkeit zugänglich macht. Das Buch bringt alles mit, was ein Standardwerk für alle Drummerinnen und Drummer liefern muss.

PROF. UDO DAHMEN

Künstlerischer Direktor und Geschäftsführer der ‚Popakademie Mannheim‘ sowie Vizepräsident ‚Deutscher Musikrat‘, Drummer und Autor

MEIN GANZ PERSÖNLICHER DANK GEHT AN:

Meine Familie, Freunde und an Joachim Schneiss! Danke für eure dauerhafte und großartige Unterstützung und vor allem eure starken Nerven über all die Jahre!

Udo Dahmen, Claus Hessler und Jost Nickel für all die wertvollen Tipps und den konstruktiven und emotionalen Beistand durch all die „Ups und Downs“.

Danke Christoph Hoffmann für deinen großartigen Einsatz in letzter Minute!

MEINL CYMBALS Norbert Saemann, Udo Heubeck, Chris Brewer, Stephan Hensch

TAMA DRUMS Mitch Odanaka, Masaki Mizuno, Sam Gample, Ian Anderson, Bush

EVANS DRUMHEADS | **PROMARK STICKS** Aaron Vishria, Jeffrey Kopp

BEYERDYNAMIC MICROPHONES Bernd Neubauer

SLAPKLATZ Gunnar Birk Kristiansen

www.anikanilles.com



Alfred Music
LEARN • TEACH • PLAY

© 2019 by Alfred Music Publishing GmbH
info@alfredmusic.de
alfredverlag.de | alfredmusic.de

All Rights Reserved
Printed in Germany

Covergestaltung: Thomas Petzold
Deutsche Übersetzung: Thomas Petzold
Notensatz: Anika Nilles | Thomas Petzold
Lektorat: Thomas Petzold | Matthias Bielecke
Gesamtleitung: Thomas Petzold
Art.-Nr.: 20284G (Buch)
ISBN 10: 3-947998-17-1
ISBN 13: 978-3-947998-17-3

Fotonachweis:

Coverfoto © by Marius Mischke

Marius Mischke: S. 79, 107, 161, 165, 172, 211

Meinl Cymbals: S. 10

Meinl Taiwan: S. 6, 18, 33, 57, 72, 85, 120, 156, 173, 193

Anika Nilles: S. 14, 17, 21, 28, 45, 52, 80, 101, 115, 137, 151, 207, 208, 265, 266

ÜBER DIESES BUCH

Die Idee zu diesem **PAD BOOK** entstand auf Reisen, auf denen ich viel Zeit hatte, aber keine Möglichkeit, am Schlagzeug zu üben. Weil es mir immer wichtig war – und ist –, nicht „nur“ mein Level zu halten, sondern auch die Entwicklung weiter voranzutreiben, begann ich tiefer in die Optionen des Übens auf einem Pad einzutauchen.

Nach einer Weile stellte ich spezielle Pad-Übungen zusammen. Meinen Fokus lag ich vorwiegend auf den Ausgleich der schwächeren Hand und den Perspektivenwechsel mit Blick auf Rhythmus, Timing, Präzision und Koordination. Diese Pad-Workouts brachten mich an einen Punkt, an dem ich mich ganz anders fokussiert fühlte als am Drumset. Hauptsächlich nur eine einzige Klappe zur Verfügung zu haben, ließ mich ganz auf die Grundlagen von Rhythmus und Spieltechnik konzentrieren. Ich erkannte, dass das Spielen, die Internalisierung von Time, Stickings, Rhythmen und Konzepten kontinuierlich voranschritten. Als ich wieder am Set saß, hatte ich das Gefühl, ich sofort anfangen könnte, an musikalisch relevanteren Themen wie Orchestrierungen und Dynamik zu arbeiten.

Das Spielen auf einem Pad ersetzt weder die musikalische Arbeit noch das Üben an einem echten Schlagzeug, aber es ist eine großartige Möglichkeit, die eigenen Fähigkeiten zu erweitern und tiefer in den wichtigsten Bereich, die Grundlagen, einzutauchen. Sie bilden die eigentlich stabile Basis.

Mein **PAD BOOK** ist also eine Sammlung von Workouts und Arbeitsmethoden, wie ich sie auch heute noch benutze. Es erklärt mein Übungssystem, wie man sich Themen wie z.B. Subdivisions oder Koordination in einzelne Arbeitsschritte aufgliedern kann. Aber es kann auch Inspiration dafür sein, die Workouts auf das Set zu übertragen. Ein Großteil dieses Buches kann auch direkt auf dem Schlagzeug geübt werden, und man kann immer Orchestrierungen und Variationen der Übungen wirklich musikalisch kreativ werden.

Um dieses Buch gut nutzen zu können, solltest du bereits über Vorkenntnisse bzgl. Notenverständnis, Notenlesen, Rudiments und Sticktechniken verfügen. Einige der Übungen erfordern ein gewisses Maß an Spieltechnik, um ein zufriedenstellendes Ergebnis zu erzielen. Daher würde ich vorschlagen, bei einigen dieser Themen mit einem Schlagzeuglehrer vor Ort zu arbeiten. Außerdem empfehle ich folgende Lehrbücher:

Stick Control von George Lawrence Stone
Accents and Phrasing von George Lawrence Stone
It's Your Move von Sammulano mit Joe Bergamin
Advanced Techniques for the Modern Drummer von Jim Chapin

Es ist wichtig zu wissen, dass es nicht erforderlich ist, alle Kapitel und Teile dieses Buches chronologisch durchzugehen, um gute Ergebnisse zu erzielen. Das Buch ist modular konzipiert, sodass du selbst entscheiden kannst, womit du beginnen willst, wo du Übungsbedarf hast bzw. wo dein vorrangiges Interesse und dein Lernlevel liegt. Das Ziel ist es nicht unbedingt, alles spielen zu können, was du in diesem Buch findest. Viel wichtiger ist, einen Einstieg für dich zu finden und herauszufiltern, welche Themen dich ansprechen und welche einzelnen Übungen für dich und dein Spiel vorwiegend interessant sind. Diese Übungen dann intensiv zu üben, bis sie dir locker von der Hand gehen und sie in dein Drumsetspiel kreativ einzubinden, ist die vorrangige Idee dieses Buches.

Mein **PAD BOOK** richtet sich an alle Schlagzeuger, die ihre grundlegenden Fähigkeiten stärken und ausbauen, Schwächen ausmerzen, Stärken entwickeln und das eigene Wissen vertiefen möchten. Darüber hinaus ist es aber besonders nützlich für diejenigen, die sich verbessern möchten, obwohl sie sich nicht regelmäßig ans Schlagzeug setzen können, weil sie viel unterwegs sind oder Nachbarn mit sensiblen Ohren haben.

INHALT

ÜBER DIESES BUCH	3
-------------------------------	---

EINLEITUNG

Zur Arbeit mit diesem Buch	6
Effektiv üben	9
Üben mit dem Practice Pad	10
Üben mit dem Anika Nilles Practice Pad	11
Fachbegriffe für Drummer	12
Die Rhythmuspyramide	13
Stickings – Grouping Stickings & Akzente 1–3	14

KAPITEL I | SUBDIVISION STUDIEN

Übungssysteme 1 – 3	17
----------------------------------	----

Triolen	21
----------------------	----

Teil A: Akzente Flams 16tel-Triolen – Single Strokes Double Strokes	21
Teil B: Lesetext – Hinzufügen von Verzierungen	28
Lesetext-Workouts Übungssystem	28
Wie man Verzierungen Stickings zum Lesetext hinzufügt	29
Lesetext 1 Lesetext 2	31
Teil C: Warm-Ups	33
Switching Stickings A–C Übungssystem A–D	34
Switching Stickings 1–8 Akzente & Verzierungen 1–5	35
Akzente in Patterns und Groupings 1–3	40
Grouping-Kombinationen	43

16tel-Noten	45
--------------------------	----

Teil A: Akzente Flams 16tel – Single Strokes Double Strokes	45
Teil B: Lesetext – Hinzufügen von Verzierungen	52
Lesetext-Workouts Übungssystem	52
Wie man Verzierungen Stickings zum Lesetext hinzufügt	53
Lesetext 1 Lesetext 2	55
Teil C: Warm-Ups	57
Switching Stickings A–C Übungssystem A–D	58
Switching Stickings 1–10 Akzente & Verzierungen 1–4	59
Akzente in Patterns und Groupings 1–5	66
Grouping-Kombinationen	70

Quintolen	72
------------------------	----

Teil A: Akzente Flams 32tel-Quintolen – Single Strokes Double Strokes	72
Teil B: Lesetext – Hinzufügen von Verzierungen	80
Lesetext-Workouts Übungssystem	80
Wie man Verzierungen Stickings zum Lesetext hinzufügt	81
Lesetext 1 Lesetext 2	84
Teil C: Warm-Ups	85
Switching Stickings A–C Übungssystem A–D	85
Switching Stickings 1–8 Akzente & Verzierungen 1–8	87
Akzente in Patterns und Groupings 1–6	95
Grouping-Kombinationen	99

Sextolen	101
Teil A: Akzente Flams 32tel-Sextolen – Single Strokes Double Strokes	101
Teil B: Lesetext – Hinzufügen von Verzierungen	115
Lesetext-Workouts Übungssystem	115
Wie man Verzierungen Stickings zum Lesetext hinzufügt	116
Lesetext 1 Lesetext 2	118
Teil C: Warm-Ups	120
Switching Stickings A–C Übungssystem A–D	120
Switching Stickings 1–9 Akzente & Verzierungen 1–8	122
Akzente in Patterns und Groupings 1–5	123
Grouping-Kombinationen	135
Septolen	137
Teil A: Akzente Flams 32tel-Septolen – Single Strokes Double Strokes	137
Teil B: Lesetext – Hinzufügen von Verzierungen	151
Lesetext-Workouts Übungssystem	151
Wie man Verzierungen Stickings zum Lesetext hinzufügt	152
Lesetext 1 Lesetext 2	154
Teil C: Warm-Ups	156
Switching Stickings A–C Übungssystem	156
Switching Stickings 1–5 Akzente & Verzierungen 1–6	158
Akzente in Patterns und Groupings	166
Grouping-Kombinationen	170
KAPITEL II MIXED METERS	
Einführung	172
Teil A: Die Pyramide	174
Teil B: Halb & Halb	177
Teil C: Die Lotterie	185
Teil D: Warm-Ups	193
Übungssystem A–D	194
Warm-Ups 1–4	195
Speeding Up with Control 1–8	199
Melodic Strokes 1–7	202
KAPITEL III UNABHÄNGIGKEIT DER HÄNDE & UNISONOSPIEL	
Koordination der Hände	208
Triolen: Hände gegeneinander Lesetexte Groupings 2-Line Reading	209
16tel-Noten: Hände gegeneinander Lesetexte Groupings 2-Line Reading	219
Quintolen: Hände gegeneinander Lesetexte Groupings 2-Line Reading	232
Sextolen: Hände gegeneinander Lesetexte Groupings 2-Line Reading	242
Septolen: Hände gegeneinander Lesetexte Groupings 2-Line Reading	254
KAPITEL IV POLYRHYTHMEN	
Was ist ein Polyrhythmus?	266
Zur Arbeit mit Polyrhythmen	267
2 gegen 3 2 gegen 5 2 gegen 7	269
3 gegen 4 3 gegen 5 3 gegen 7	272
4 gegen 5 4 gegen 7 5 gegen 7 6 gegen 7	275
ANHANG	279

SUBDIVISION STUDIEN

ÜBUNGSSYSTEME 1–3



ÜBUNGSSYSTEM 1

Spieler die Basisübung, indem du für jede Viertelnote in Teil 1 und denselben Baustein verwendest. Wähle also einen Baustein aus den Optionen [1] bis [8] aus.

Bausteine [1] bis [8] für Teil 2:

Basisübung

steady pattern

[1] [2] [3] [4] [5] [6] [7] [8]

Beispiel 1

steady pattern

Baustein 2 für jede Viertelnote

Beispiel 2

Baustein 3 für jede Viertelnote

Beispiel 3

Baustein 4 für jede Viertelnote

etc.

ÜBUNGSSYSTEM 3

Spiele die **Basisübung**, indem du für jede Viertelnote in Takt 2 vier verschiedene Bausteine von [1] bis [8] miteinander kombinierst. Wähle also vier verschiedene Bausteine aus. Ordnen [1] bis [8] aus.

Basisübung

steady pattern

Bausteine [1] bis [8] für Takt 2:

Beispiel 1

steady pattern

Bausteine 1, 2, 3 und 4

Beispiel 2

Bausteine 2, 3, 4 und 5

etc.

Beispiel 3

Bausteine 3, 6, 2 und 5

Beispiel 4

Bausteine 7, 4, 8 und 3

etc.

FLAMS

Diese Übung bietet eine Variation der verschiebbaren Akzente durch *Hinzufügen von Flams* zu jedem Akzent.



WIE MAN EINEN FLAM SPIELT:



oder



Verwende die *erste* von beiden Noten als *Vorschlagnote*. Beide Schläge erfolgen fast simultan. Die Vorschlagnote wird sehr kurz gespielt.

Stickingoptionen für alle Bausteine und die Basisübung. Verleihe deiner Stickings:

[A] R L R L R L

[B] L R L R L R

[C] R L L

[D] L R R L L

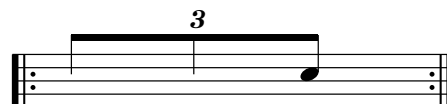
Basisübung



Optionen fürs Steady Pattern



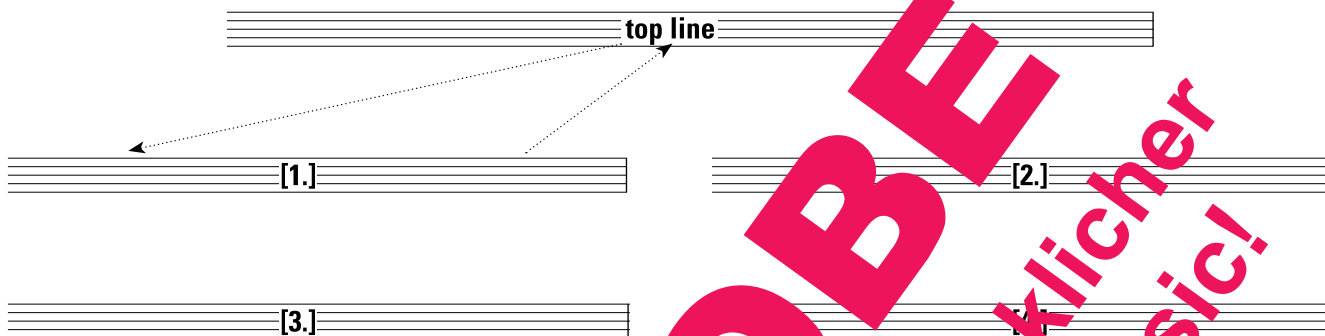
VARIATION A



VARIATION B

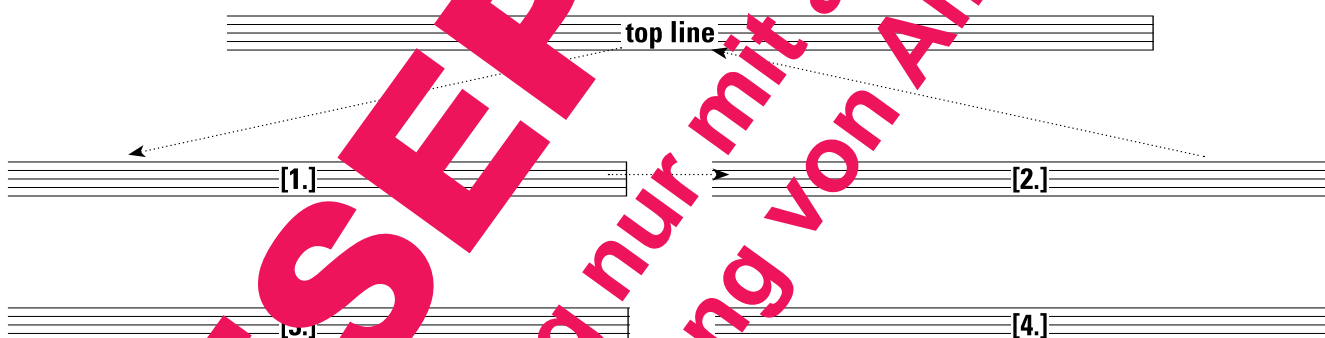
Übungssystem A

Wechsle zwischen der Top Line und **jedem einzelnen** Übungstakt [1.] bis [4.] hin und her.



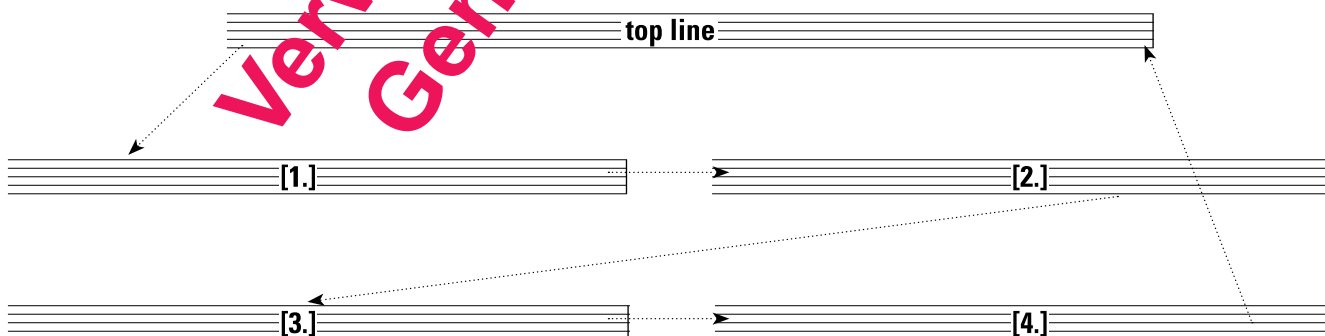
Übungssystem B

Wechsle zwischen der Top Line und **zwei einzelnen** Übungstakten hin und her.



Übungssystem C

Wechsle zwischen der Top Line und **vier aufeinander folgenden** Übungstakten hin und her.



Swapping Sockets 6

[illegible]

AKZENTE in Patterns und Groupings 6

Diese Patterns sind Interpretationen von *Clave* und *Cascara*-Figuren in Quintolen.



3/2 SON CLAVE



2/3 SON CLAVE



3/2 RUMBA CLAVE



2/3 RUMBA CLAVE



CASCARA



GROUPING-KOMBINATIONEN

Nachdem du jedes Grouping mit verschiedenen Stickings für sich geübt hast, kannst du jetzt beginnen, einige miteinander über einen Takt zu kombinieren. Wähle dazu eine der drei Stickingoptionen auf den *Seiten 14 bis 16* für die folgenden Übungen aus. Mit solchen Grouping-Kombinationen kreierst du viele neue Rhythmen mit Struktur und System. Es ist ein großartiges Werkzeug, um rhythmische Melodien zu komponieren und sie an einen Song oder andere Instrumentalmelodien anzupassen. Wenn du dich in diesen Kombinationen sicher fühlst, kannst du sie auf Schlagzeug ausprobieren und sie auf Snare, Toms und Becken orchestrieren. Mit den folgenden Übungen arbeitest du an der Grundlage, das System und die Rhythmen zu verstehen.

STELL DIR EINEN TAKT MIT SEXTOLEN VOR ...



... UND SPIELE AKZENTE WIE IN DEN FOLGENDEN GROUPINGS:

KOMBINATION: 4 – 4 – 2 – 4 – 2 – 4



KOMBINATION: 5 – 7 – 3 – 3 – 5 +1



SINGLE-STROKE-STICKING-KOMBINATION: 4 – 4 – 2 – 4 – 2 – 4



SINGLE-STROKE-STICKING-KOMBINATION: 5 – 7 – 3 – 3 – 5 +1



MIXED METERS

EINFÜHRUNG



Kapitel II beschäftigt sich mit den sogenannten **Mixed Meters**. Dabei geht es vor allem um den Umgang mit verschiedenen Taktarten wie z.B. dem Wechsel zwischen einem $\frac{3}{4}$ und einem $\frac{4}{4}$ Takt. Dabei sind die Taktarten der „große musikalische Rahmen“, der in weitere kleinere Metren unterteilt werden kann wie etwa in die verschiedenen Subdivisions (Notenwerte). Es können „gerade Notenwerte“ (*binär*) sein oder „ungerade Notenwerte“ (*ternär, quaternär usw.*).

In diesem Kapitel treffen gerade und ungerade Noten innerhalb eines Taktes oder gar über mehrere Takte hinweg aufeinander. Du findest viele einfache und komplexe Übungen, die deine Fähigkeiten, unterschiedliche Rhythmen zu kombinieren, entscheidend trainieren werden. Die Hauptidee liegt darin, den Viertelpuls zu fühlen und gleichzeitig den Rhythmusraum zwischen den Vierteln mit so vielen Noten zu füllen, wie es die vorgegebenen Notenwerte erfordern. Allen folgenden Übungen liegt ein $\frac{4}{4}$ -Takt zugrunde, auch wenn die Notenwerte einen Mix aus geraden und ungeraden Subdivisions darstellen.

Hier sind die **Hauptziele** für dieses Kapitel:

- ➡ Hör-Training: Hören und Verarbeiten des Notenwerts und wie er im Vergleich zu anderen Notenwerten klingt.
- ➡ Fließender Wechsel zwischen unterschiedlichen Notenwerten, indem du das Tempo exakt aufnimmst.
- ➡ Fließen in flexible Verwendung unterschiedlicher Stickings innerhalb eines Notenwerts.
- ➡ Trainieren der Skills für Time und Microtime jedes Notenwerts (alle Noten/Schläge, die zwischen dem Viertelpuls stattfinden).
- ➡ Training der Handsätze und deiner Ohren für rhythmische Melodien mit Akzenten und Akzentverschiebungen.

TIPP:

Übe langsam, um die Zeit und das Gefühl jedes Notenwerts zu verinnerlichen. Es geht nicht darum, schnell zu spielen. Es ist wichtiger, ein Gefühl für jede Subdivision und deren Kombination zu schaffen und zu entwickeln.

HALB & HALB 2

Sticking: [A] Nur Single Strokes [B] Nur Double Strokes

♩ = 55 – 65 bpm (Leicht) | 65 – 80 bpm (Mittel) | 80 – 100 bpm (Schwer)

[1.]

[2.]

[3.]

[4.]

[5.]

[6.]

[7.]

♩ = 55 – 65 bpm (Leicht) | 65 – 80 bpm (Mittel) | 80 – 90 bpm (Schwer)

[1.]

[3.]

[5.]

[7.]

[2.]

[4.]

[6.]

[8.]

Verwendete Genehmigungen

WARM-UP 7: RAPTOR

♩ = 55 – 70 bpm (Leicht) | 70 – 80 bpm (Mittel) | 80 – 95 bpm (Schwer)

top line



WARM-UP 8: RAPTOR B

♩ = 55 – 70 bpm (Leicht) | 70 – 80 bpm (Mittel) | 80 – 95 bpm (Schwer)

top line



UNABHÄNGIGKEIT DER HÄNDE & UNISONOSPIEL

KOORDINATION DER HÄNDE



In diesem Kapitel geht es um die Entwicklung einer stabilen, bewusst ausübten und kontrollierten Koordination und Unabhängigkeit der Hände. Es ist eine der größten Herausforderungen am Schlagzeug, Handbewegungen zu synchronisieren oder zu trennen. Ich habe ich mein persönliches Koordinationssystem heruntergebrochen. Dieser Ansatz ist sehr systematisch und ein großartiges Tool, um die eigenen Stärken und Schwächen mehr wahrzunehmen. Darüber hinaus schlage ich vor, alle diese Übungen aus drei Perspektiven zu hören:

1. ‚Melodie‘ der linken Hand
2. ‚Melodie‘ der rechten Hand
3. kombinierte ‚Melodie‘

Wenn du an der Unabhängigkeit deiner Hände übst, achte ich, zweifelt unterschiedliche Klangquellen auf deinem Übungspad zu verwenden, um beide Hände getrennt voneinander hören zu können. Falls du nicht mit dem Split-Tone-Pad arbeitest, benutze z.B. die Kante deines Pads als weitere Soundquelle oder drehe ein Split-Stick um und spiele mit dem Stockende auf dem Pad. Für den zweiten, aber leiseren Sound kannst du ein Kissen, Überschenkel oder einfach in der Luft die entsprechenden Schläge ausführen. Wenn du mit dem Split-Tone-Pad, hast du alle wichtigen Soundquellen vor dir liegen. In den Noten ist nicht vorgegeben, welche Hand welchen Sound bedient. Es liegt hier an dir zu probieren, wie sich die Melodien anders wahrnehmen lassen, sobald du mit einer Hand z.B. den tieferen Bereich des Split-Tone-Pads spielst. Viele der folgenden Übungen lassen sich dadurch viel schneller erarbeiten und verinnerlichen.

Achte beim Üben auf die folgenden Seiten auf Folgendes:

⇒ **Präzision!** Wenn beide Hände gleichzeitig spielen, solltest du auf das Timing beider Hände achten. Versuche, beide Hände exakt zur gleichen Zeit zu spielen (auch *Flat Flams* z.B.). Vermeide das Spielen von *Flams* (zwei kurz aufeinander folgende Schläge).

⇒ **Langsam üben!** Es geht nicht darum, schnell und nachlässig zu spielen, sondern darum, deine Präzision beim Unisonospiel zu trainieren. Das Üben in langsameren Tempi hilft dabei, deine Augen darauf zu trainieren, auf Genauigkeit und Timing beider Hände zu achten.

⇒ **Bewegungen beider Hände!** Achte darauf, wie du die Patterns in jeder Hand spielst. Versuche, gleichzeitige Bewegungen beider Hände zu erkennen und diese bewusst umzusetzen. Versuche, wechselnde und gegenläufige Bewegungen zu erkennen und bewusst zu spielen.

⇒ **Wiederhole die Übungen über mehrere Wochen!** Wiederhole die Workouts über einen längeren Zeitraum, um diese Bewegungen zu verinnerlichen und in deinem langfristigen Muskelgedächtnis zu speichern. Du wirst spüren, wenn du Fortschritte gemacht hast und wann es an der Zeit ist, die Übungen zu wechseln.

In diesem Abschnitt findest du Übungen und Workouts zu allen Notenwerten. Wenn du Probleme mit einer dieser Subdivisions hast, kehre zu *Kapitel I* zurück und arbeite an einigen grundlegenden Übungen zu diesem Notenwert.

Ostinato mit Groupings

Dieses Koordinationstraining gibt dir eine Vorstellung davon, wie du mit **Groupings als Ostinato-Pattern** arbeiten kannst, während die andere Hand verschiedene Rhythmen spielt. In den folgenden Beispielen spielt die **LH** immer jeden **4. Schlag**, während die **RH** verschiedene Rhythmus patterns spielt. Du kannst auch versuchen, die Hände umzukehren und das **Ostinato** mit der **RH** zu führen, während die **LH** verschiedene Patterns spielt.

[1.] R L

4er Gruppe

[2.]

[3.]

[4.]

[5.]

[6.]

3 GEGEN 4

GRUNDFORM POLYRHYTHMUS



GROUPING-ANSATZ

Dieser Polyrhythmus lässt sich aus Achteltriolen und 16teln ableiten.

4ER GRUPPEN ÜBER ACHTELTRIOLN

➡ ÜBUNGSSYSTEM – Y



4ER GRUPPEN ÜBER 16TEL-NOTEN

➡ ÜBUNGSSYSTEM – Y



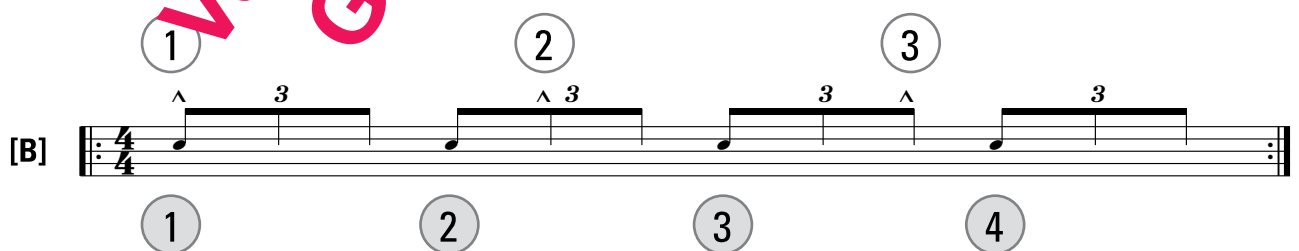
HAUPTRHYTHMUS

3 gegen 4



GEGENRHYTHMUS

4 gegen 3



3 GEGEN 5
GRUNDFORM POLYRHYTHMUS

GROUPING-ANSATZ

Dieser Polyrhythmus besteht aus Achtelnoten und 16tel-Quintolen.

5ER GRUPPEN ÜBER ACHTELNOTEN

➞ ÜBUNGSSYSTEM – Y


3ER GRUPPEN ÜBER 16TEL-QUINTOLEN

➞ ÜBUNGSSYSTEM – X


HAUPTRHYTHMUS

3 gegen 5


GEGENRHYTHMUS

5 gegen 3

