

Fingerunabhängigkeit und Synchronisation

Die Grundlagen einer guten Spieltechnik:

- Die 4-Finger-Greifhand-Technik.
- Synchronisation der Anschlagshand mit der Greifhand.
- Physische Fitness - Geschmeidigkeit und Unabhängigkeit aller 4 Greifhandfinger.

Grundlagen einer guten Spieltechnik

Unter dem thematischen Oberbegriff **Fingerunabhängigkeit und Synchronisation** liefern die **Übungen 7-24** einen systematischen Leitfaden für eine gute Spieltechnik.

Übung 7 mit 1 2 3 4 mit Spiel-Variante 1 (Erläuterung siehe Seite 10).

7

- Greifhand-Zeigefinger im 1. Bund auf der tiefen E-Saite aufsetzen (direkt oberhalb des folgenden Bundstäbchens). Anschlag: Abwärtsschlag mit Plektrum.
- Greifhand-Mittelfinger im 2. Bund aufsetzen. Anschlag: Aufwärtsschlag mit Plektrum.
- Greifhand-Ringfinger im 3. Bund aufsetzen. Abwärtsschlag.
- Greifhand-Kleinen Finger im 4. Bund aufsetzen. Aufwärtsschlag.
- Greifhand-/Anschlagsmuster über alle 6 Saiten aufsteigend spielen. Von der e'-Saite absteigend zurück zur tiefen E-Saite.



Schritt-für-Schritt Anleitung zu Übung 7