

RHYTHMUS

GYM

BAND

01

Zehn Workouts + Mitspielvideos + Personal Trainer

Trainingsprogramm für Blasorchester, Bläserensembles
und fortgeschrittene Bläserklassen



Schwerpunkt in diesem Band: Achtelnoten und -pausen, Überbindungen und Synkopen

WILLKOMMEN IM RHYTHMUS-GYM!

Im Rhythmus-Gym trainierst du Schritt für Schritt deine Rhythmusspielfähigkeit, ob mit dem ganzen Blasorchester, in einer Satzprobe oder allein zu Hause.

Dieser Band enthält zehn Workouts mit ansteigendem Schwierigkeitsgrad. Im Mittelpunkt stehen Achtelnoten und -pausen, Überbindungen und Synkopen. Die Links zu den Mitspielvideos unterstützen dich beim Üben und helfen dir, dein Training zu überprüfen.

So kannst du trainieren

Mit dem Mitspielvideo: Lege dein Handy auf den Notenständer, scanne den QR-Code und spiele direkt mit. Im Probenraum kannst du das Video auch über eine Lautsprecheranlage abspielen.

Mit dem Orchester oder in der Satzprobe: Übt die Workouts gemeinsam – alle Stimmen spielen unisono!

Mit Klavierbegleitung: Nutzt die Klavierbegleitung, wenn ihr einen Probenraum mit Klavier habt.

Mit dem Metronom: Beginne in einem langsamen Tempo und steigere es erst, wenn du die jeweilige Zeile sicher spielen kannst.

Ganz ohne Video: Erarbeite die Rhythmen auch selbstständig. Anschließend kannst du das Mitspielvideo zur Kontrolle nutzen.

Eine Video-Einführung findest du als Link auf jedem Workout-Notenblatt

Dieses Heft ist vollkommen kostenlos. Wenn es dir gefällt, freue ich mich über einen netten Kommentar unter meinen YouTube-Videos und ein Abo meines Kanals. Auch eine freiwillige Kaffeespende ist immer herzlich willkommen. In den Heften und Videos stecken viele Stunden Arbeit – und du kannst mir glauben: Dafür waren einige Tassen Kaffee nötig. Finde auf www.ccerklärt.de viele weitere Materialien.

Noch mehr Training? Probiere die Personal-Trainer-App

Ein Takt will noch nicht so richtig gelingen? Die Personal-Trainer-App auf www.ccerklärt.de hilft dir, einzelne Takte gezielt zu üben. Im Übungsmodus kannst du dich mit einem kniffligen Rhythmus vertraut machen. Probiere es mal aus!

Ich wünsche dir und deinem Orchester viel Spaß, Ausdauer und Erfolg im Rhythmus-Gym. Ich hoffe, dass euch die Workouts helfen, rhythmisch sicherer zu werden, noch besser zusammenzuspielen und damit noch mehr Freude im Konzert zu haben.

Viel Spaß beim Trainieren!

CCerklärt – Claus Carsten Behrendt



CC's Rhythmus Gym 1: Bizeps

Workout 1



Claus Carsten Behrendt

Nr. 1 Warmup Routine (Sprechen) o o o

Fl + Ob +
Stabspiel in C

Kl + Trp +
T-Sax in B

Sax in Es

Horn in F

Pos, Fg,
Euph, Bar in C

Tuba in C

Klavier

Nr. 2 Stretching (Sprechen) o o o

Fl + Ob +
Stabspiel in C

Kl + Trp +
T-Sax in B

Sax Es

Horn in F

Pos, Fg,
Euph, Bar in C

Tuba in C

Klavier

Nr. 3 Aufwärmssatz (Instrument) o o o

Fl + Ob +
Stabspiel in C

Nr. 3 Aufwärmssatz (Instrument) o o o

Kl + Trp +
T-Sax in B

Nr. 3 Aufwärmssatz (Instrument) o o o

Sax in Es

Nr. 3 Aufwärmssatz (Instrument) o o o

Horn in F

Nr. 3 Aufwärmssatz (Instrument) o o o

Pos, Fg,
Euph, Bar in C

Nr. 3 Aufwärmssatz (Instrument) o o o

Tuba in C

Klavier

Nr. 4 Arbeitssatz (Instrument) o o o

Fl + Ob +
Stabspiel in C

Nr. 4 Arbeitssatz (Instrument) o o o

Kl + Trp +
T-Sax in B

Nr. 4 Arbeitssatz (Instrument) o o o

Sax in Es

Nr. 4 Arbeitssatz (Instrument) o o o

Horn in F

Nr. 4 Arbeitssatz (Instrument) o o o

Pos, Fg,
Euph, Bar in C

Nr. 4 Arbeitssatz (Instrument) o o o

Tuba in C

Klavier

Nr. 5 Literatur-Arbeitssatz 1 (Above and Beyond) o o o

Fl + Ob +
Stabspiel in C

Nr. 5 Literatur-Satz 1 (Above and Beyond) o o o

Kl + Trp +
T-Sax in B

Nr. 5 Literatur-Satz 1 (Above and Beyond) o o o

Sax in Es

Nr. 5 Literatur-Satz 1 (Above and Beyond) o o o

Horn in F

Nr. 5 Literatur-Satz 1 (Above and Beyond) o o o

Pos, Fg,
Euph, Bar in C

Nr. 5 Literatur-Satz 1 (Above and Beyond) o o o

Tuba in C

Nr. 5 Literatur-Satz 1 (Above and Beyond) o o o

Klavier

Nr. 6 Literatur-Arbeitssatz 2 (Ghosts Of The Lost Ship) o o o

Fl + Ob +
Stabspiel in C

Nr. 6 Literatur-Satz 2 (Ghosts Of The Lost Ship) o o o

Kl + Trp +
T-Sax in B

Nr. 6 Literatur-Satz 2 (Ghosts Of The Lost Ship) o o o

Sax in Es

Nr. 6 Literatur-Satz 2 (Ghosts Of The Lost Ship) o o o

Horn in F

Nr. 6 Literatur-Satz 2 (Ghosts Of The Lost Ship) o o o

Pos, Fg,
Euph, Bar in C

Nr. 6 Literatur-Satz 2 (Ghosts Of The Lost Ship) o o o

Tuba in C

Nr. 6 Literatur-Satz 2 (Ghosts Of The Lost Ship) o o o

Klavier

Nr. 7 Fitness Test 1 (Sprechen) o o o

Solo Tutti Solo Tutti Solo Tutti

Fl + Ob +
Stabspiel in C

Nr. 7 Fitness Test 1 o o o

Solo Tutti Solo Tutti Solo Tutti

Kl + Trp +
T-Sax in B

Nr. 7 Fitness Test 1 o o o

Solo Tutti Solo Tutti Solo Tutti

Sax in Es

Nr. 7 Fitness Test 1 o o o

Solo Tutti Solo Tutti Solo Tutti

Horn in F

Nr. 7 Fitness Test 1 o o o

Solo Tutti Solo Tutti Solo Tutti

Pos, Fg,
Euph, Bar in C

Nr. 7 Fitness Test 1 o o o

Solo Tutti Solo Tutti Solo Tutti

Tuba in C

Nr. 7 Fitness Test 1 o o o

Solo Tutti Solo Tutti Solo Tutti

Klavier

Link zum Workout-Video: https://youtu.be/awWWTi_7784



Wie funktioniert das Rhythmus Gym? <https://youtu.be/ig2kLdSPirQ>



CC's Rhythmus Gym 1: Biceps

Workout 2

Claus Carsten Behrendt



5

Nr. 8 Warm-up routine (Sprechen) o o o

Fl + Ob +
Stabspiel in C

Nr. 8 Warm-up routine (Sprechen) o o o

Kl + Trp +
T-Sax in B

Nr. 8 Warm-up routine (Sprechen) o o o

Sax in Es

Nr. 8 Warm-up routine (Sprechen) o o o

Horn in F

Nr. 8 Warm-up routine (Sprechen) o o o

Pos, Fg,
Euph, Bar in C

Nr. 8 Warm-up routine (Sprechen) o o o

Tuba in C

Nr. 8 Warm-up routine (Sprechen) o o o

Klavier

Nr. 9 Stretching (Sprechen) o o o

Fl + Ob +
Stabspiel in C

Nr. 9 Stretching (Sprechen) o o o

Kl + Trp +
T-Sax in B

Nr. 9 Stretching (Sprechen) o o o

Sax Es

Nr. 9 Stretching (Sprechen) o o o

Horn in F

Nr. 9 Stretching (Sprechen) o o o

Pos, Fg,
Euph, Bar in C

Nr. 9 Stretching (Sprechen) o o o

Tuba in C

Nr. 9 Stretching (Sprechen) o o o

Klavier

Nr. 10 Aufwärmatz (Instrument) o o o

Fl + Ob +
Stabspiel in C

Nr. 10 Aufwärmatz (Instrument) o o o

Kl + Trp +
T-Sax in B

Nr. 10 Aufwärmatz (Instrument) o o o

Sax in Es

Nr. 10 Aufwärmatz (Instrument) o o o

Horn in F

Nr. 10 Aufwärmatz (Instrument) o o o

Pos, Fg,
Euph, Bar in C

Nr. 10 Aufwärmatz (Instrument) o o o

Tuba in C

Nr. 10 Aufwärmatz (Instrument) o o o

Klavier

Nr. 11 Arbeitssatz (Instrument) o o o

Fl + Ob +
Stabspiel in C

Nr. 11 Arbeitssatz (Instrument) o o o

Kl + Trp +
T-Sax in B

Nr. 11 Arbeitssatz (Instrument) o o o

Sax in Es

Nr. 11 Arbeitssatz (Instrument) o o o

Horn in F

Nr. 11 Arbeitssatz (Instrument) o o o

Pos, Fg,
Euph, Bar in C

Nr. 11 Arbeitssatz (Instrument) o o o

Tuba in C

Nr. 11 Arbeitssatz (Instrument) o o o

Klavier

Nr. 12 Literatur-Arbeitssatz 1 (A Taylor Swift Duo) o o o

Fl + Ob +
Stabspiel in C

Nr. 12 Literatur-Arbeitssatz 1 (A Taylor Swift Duo) o o o

Kl + Trp +
T-Sax in B

Nr. 12 Literatur-Arbeitssatz 1 (A Taylor Swift Duo) o o o

Sax in Es

Nr. 12 Literatur-Arbeitssatz 1 (A Taylor Swift Duo) o o o

Horn in F

Nr. 12 Literatur-Arbeitssatz 1 (A Taylor Swift Duo) o o o

Pos, Fg,
Euph, Bar in C

Nr. 12 Literatur-Arbeitssatz 1 (A Taylor Swift Duo) o o o

Tuba in C

Nr. 12 Literatur-Arbeitssatz 1 (A Taylor Swift Duo) o o o

Klavier

Nr. 13 Literatur-Arbeitssatz 2 (Time After Time) o o o

Fl + Ob +
Stabspiel in C

Nr. 13 Literatur-Arbeitssatz 2 (Time After Time) o o o

Kl + Trp +
T-Sax in B

Nr. 13 Literatur-Arbeitssatz 2 (Time After Time) o o o

Sax in Es

Nr. 13 Literatur-Arbeitssatz 2 (Time After Time) o o o

Horn in F

Nr. 13 Literatur-Arbeitssatz 2 (Time After Time) o o o

Pos, Fg,
Euph, Bar in C

Nr. 13 Literatur-Arbeitssatz 2 (Time After Time) o o o

Tuba in C

Nr. 13 Literatur-Arbeitssatz 2 (Time After Time) o o o

Klavier

Nr. 14 Fitness Test 2 o o o

Solo

Fl + Ob +
Stabspiel in C

Nr. 14 Fitness Test 2 o o o

Kl + Trp +
T-Sax in B

Solo

Orchester

Nr. 14 Fitness Test 2 o o o

Sax in Es

Solo

Orchester

Nr. 14 Fitness Test 2 o o o

Horn in F

Solo

Orchester

Nr. 14 Fitness Test 2 o o o

Pos, Fg,
Euph, Bar in C

Solo

Orchester

Nr. 14 Fitness Test 2 o o o

Tuba in C

Solo

Orchester

Nr. 14 Fitness Test 2 o o o

Klavier

Solo

Orchester

Link zum Workout-Video: <https://youtu.be/XcK8e28F2Xo>



Wie funktioniert das Rhythmus Gym? <https://youtu.be/ig2kLdSPirQ>



CC's Rhythmus Gym 1: Bizeps

Workout 3



9

Claus Carsten Behrendt

Nr. 15 Warm-up routine (Sprechen) o o o

Fl. + Ob +
Bells in C

Nr. 15 Warm-up routine (Sprechen) o o o

Kl + Trp +
TSax in B

Nr. 15 Warm-up routine (Sprechen) o o o

ASax

Nr. 15 Warm-up routine (Sprechen) o o o

Hn. in F

Nr. 15 Warm-up routine (Sprechen) o o o

Pos, Fg,
Euph, Bar

Nr. 15 Warm-up routine (Sprechen) o o o

Tuba

Nr. 15 Warm-up routine (Sprechen) o o o

Klavier

Nr. 16 Stretching (Sprechen) o o o

Fl. + Ob +
Bells in C

Nr. 16 Stretching (Sprechen) o o o

Kl + Trp +
TSax in B

Nr. 16 Stretching (Sprechen) o o o

ASax

Nr. 16 Stretching (Sprechen) o o o

Hn. in F

Nr. 16 Stretching (Sprechen) o o o

Pos, Fg,
Euph, Bar

Nr. 16 Stretching (Sprechen) o o o

Tuba

Nr. 16 Stretching (Sprechen) o o o

Klavier

Nr. 17 Aufwärmsatz (Instrument) o o o

Fl. + Ob + Bells in C

Nr. 17 Aufwärmsatz (Instrument) o o o

Kl + Trp + TSax in B

Nr. 17 Aufwärmsatz (Instrument) o o o

ASax

Nr. 17 Aufwärmsatz (Instrument) o o o

Hn. in F

Nr. 17 Aufwärmsatz (Instrument) o o o

Pos, Fg, Euph, Bar

Nr. 17 Aufwärmsatz (Instrument) o o o

Tuba

Nr. 17 Aufwärmsatz (Instrument) o o o

Klavier

Nr. 18 Arbeitssatz (Instrument) o o o

Fl. + Ob + Bells in C

Nr. 18 Arbeitssatz (Instrument) o o o

Kl + Trp + TSax in B

Nr. 18 Arbeitssatz (Instrument) o o o

ASax

Nr. 18 Arbeitssatz (Instrument) o o o

Hn. in F

Nr. 18 Arbeitssatz (Instrument) o o o

Pos, Fg, Euph, Bar

Nr. 18 Arbeitssatz (Instrument) o o o

Tuba

Nr. 18 Arbeitssatz (Instrument) o o o

Klavier

Nr. 19 Literatur-Arbeitssatz 1 (Fantastic Creatures) o o o

Fl. + Ob + Bells in C

Nr. 19 Literatur-Arbeitssatz 1 (Fantastic Creatures) o o o

Kl + Trp + TSax in B

Nr. 19 Literatur-Arbeitssatz 1 (Fantastic Creatures) o o o

ASax

Nr. 19 Literatur-Arbeitssatz 1 (Fantastic Creatures) o o o

Hn. in F

Nr. 19 Literatur-Arbeitssatz 1 (Fantastic Creatures) o o o

Pos, Fg, Euph, Bar

Nr. 19 Literatur-Arbeitssatz 1 (Fantastic Creatures) o o o

Tuba

Nr. 19 Literatur-Arbeitssatz 1 (Fantastic Creatures) o o o

Klavier

Nr. 20 Literatur-Arbeitssatz 2 (Dragon Fight) o o o

Fl. + Ob + Bells in C

Nr. 20 Literatur-Arbeitssatz 2 (Dragon Fight) o o o

Kl + Trp + TSax in B

Nr. 20 Literatur-Arbeitssatz 2 (Dragon Fight) o o o

ASax

Nr. 20 Literatur-Arbeitssatz 2 (Dragon Fight) o o o

Hn. in F

Nr. 20 Literatur-Arbeitssatz 2 (Dragon Fight) o o o

Pos, Fg, Euph, Bar

Nr. 20 Literatur-Arbeitssatz 2 (Dragon Fight) o o o

Tuba

Nr. 20 Literatur-Arbeitssatz 2 (Dragon Fight) o o o

Klavier



- 12 -

CC's Rhythmus Gym 1: Biceps

Workout 4



13

Claus Carsten Behrendt

Nr. 22 Warmup Routine (Sprechen) o o o

Fl + Ob +
Stabspiel in C

Nr. 22 Warmup Routine (Sprechen) o o o

Kl + Trp +
T-Sax in B

Nr. 22 Warmup Routine (Sprechen) o o o

Sax in Es

Nr. 22 Warmup Routine (Sprechen) o o o

Horn in F

Nr. 22 Warmup Routine (Sprechen) o o o

Pos, Fg,
Euph, Bar in C

Nr. 22 Warmup Routine (Sprechen) o o o

Tuba in C

Nr. 22 Warmup Routine (Sprechen) o o o

Klavier

Nr. 23 Stretching (Sprechen) o o o

Fl + Ob +
Stabspiel in C

Nr. 23 Stretching (Sprechen) o o o

Kl + Trp +
T-Sax in B

Nr. 23 Stretching (Sprechen) o o o

Sax Es

Nr. 23 Stretching (Sprechen) o o o

Horn in F

Nr. 23 Stretching (Sprechen) o o o

Pos, Fg,
Euph, Bar in C

Nr. 23 Stretching (Sprechen) o o o

Tuba in C

Nr. 23 Stretching (Sprechen) o o o

Klavier

Nr. 24 Aufwärmatz (Instrument) o o o

Fl + Ob +
Stabspiel in C

Nr. 24 Aufwärmatz (Instrument) o o o

Kl + Trp +
T-Sax in B

Nr. 24 Aufwärmatz (Instrument) o o o

Sax in Es

Nr. 24 Aufwärmatz (Instrument) o o o

Horn in F

Nr. 24 Aufwärmatz (Instrument) o o o

Pos, Fg,
Euph, Bar in C

Nr. 24 Aufwärmatz (Instrument) o o o

Tuba in C

Nr. 24 Aufwärmatz (Instrument) o o o

Klavier

Nr. 25 Arbeitssatz (Instrument) o o o

Fl + Ob +
Stabspiel in C

Nr. 25 Arbeitssatz (Instrument) o o o

Kl + Trp +
T-Sax in B

Nr. 25 Arbeitssatz (Instrument) o o o

Sax in Es

Nr. 25 Arbeitssatz (Instrument) o o o

Horn in F

Nr. 25 Arbeitssatz (Instrument) o o o

Pos, Fg,
Euph, Bar in C

Nr. 25 Arbeitssatz (Instrument) o o o

Tuba in C

Nr. 25 Arbeitssatz (Instrument) o o o

Klavier

Nr. 26 Literatur-Arbeitssatz 1 (Canticum) o o o

Fl + Ob +
Stabspiel in C

Nr. 26 Literatur-Arbeitssatz 1 (Canticum) o o o

Kl + Trp +
T-Sax in B

Nr. 26 Literatur-Arbeitssatz 1 (Canticum) o o o

Sax in Es

Nr. 26 Literatur-Arbeitssatz 1 (Canticum) o o o

Horn in F

Nr. 26 Literatur-Arbeitssatz 1 (Canticum) o o o

Pos, Fg,
Euph, Bar in C

Nr. 26 Literatur-Arbeitssatz 1 (Canticum) o o o

Tuba in C

Nr. 26 Literatur-Arbeitssatz 1 (Canticum) o o o

Klavier

Nr. 27 Literatur-Arbeitssatz 2 (Let's get Loud) o o o

Fl + Ob +
Stabspiel in C

Nr. 27 Literatur-Arbeitssatz 2 (Let's get Loud) o o o

Kl + Trp +
T-Sax in B

Nr. 27 Literatur-Arbeitssatz 2 (Let's get Loud) o o o

Sax in Es

Nr. 27 Literatur-Arbeitssatz 2 (Let's get Loud) o o o

Horn in F

Nr. 27 Literatur-Arbeitssatz 2 (Let's get Loud) o o o

Pos, Fg,
Euph, Bar in C

Nr. 27 Literatur-Arbeitssatz 2 (Let's get Loud) o o o

Tuba in C

Nr. 27 Literatur-Arbeitssatz 2 (Let's get Loud) o o o

Klavier

Nr. 28 Fitness Test 4 (Sprechen) o o o

Fl + Ob +
Stabspiel in C

Nr. 28 Fitness Test 4 (Sprechen) o o o

Kl + Trp +
T-Sax in B

Nr. 28 Fitness Test 4 (Sprechen) o o o

Sax in Es

Nr. 28 Fitness Test 4 (Sprechen) o o o

Horn in F

Nr. 28 Fitness Test 4 (Sprechen) o o o

Pos, Fg,
Euph, Bar in C

Nr. 28 Fitness Test 4 (Sprechen) o o o

Tuba in C

Nr. 28 Fitness Test 4 (Sprechen) o o o

Klavier

Link zum Workout Video: <https://youtu.be/3baXlzVAvZM>



Wie funktioniert das Rhythmus Gym? <https://youtu.be/ig2kLdSPirQ>



CC's Rhythmus Gym 1: Biceps

Workout 5



Claus Carsten Behrendt

Nr. 29 Warmup Routine (Sprechen) o o o

Fl + Ob +
Stabspiel in C

Nr. 29 Warmup Routine (Sprechen) o o o

Kl + Trp +
T-Sax in B

Nr. 29 Warmup Routine (Sprechen) o o o

Sax in Es

Nr. 29 Warmup Routine (Sprechen) o o o

Horn in F

Nr. 29 Warmup Routine (Sprechen) o o o

Pos, Fg,
Euph, Bar in C

Nr. 29 Warmup Routine (Sprechen) o o o

Tuba in C

Nr. 29 Warmup Routine (Sprechen) o o o

Klavier

Nr. 30 Stretching (Sprechen) o o o

Fl + Ob +
Stabspiel in C

Nr. 30 Stretching (Sprechen) o o o

Kl + Trp +
T-Sax in B

Nr. 30 Stretching (Sprechen) o o o

Sax Es

Nr. 30 Stretching (Sprechen) o o o

Horn in F

Nr. 30 Stretching (Sprechen) o o o

Pos, Fg,
Euph, Bar in C

Nr. 30 Stretching (Sprechen) o o o

Tuba in C

Nr. 30 Stretching (Sprechen) o o o

Klavier

Nr. 31 Aufwärmssatz (Instrument) o o o

Fl + Ob +
Stabspiel in C

Nr. 31 Aufwärmssatz (Instrument) o o o

Kl + Trp +
T-Sax in B

Nr. 31 Aufwärmssatz (Instrument) o o o

Sax in Es

Nr. 31 Aufwärmssatz (Instrument) o o o

Horn in F

Nr. 31 Aufwärmssatz (Instrument) o o o

Pos, Fg,
Euph, Bar in C

Nr. 31 Aufwärmssatz (Instrument) o o o

Tuba in C

Nr. 31 Aufwärmssatz (Instrument) o o o

Klavier

Nr. 32 Arbeitssatz (Instrument) o o o

Fl + Ob +
Stabspiel in C

Nr. 32 Arbeitssatz (Instrument) o o o

Kl + Trp +
T-Sax in B

Nr. 32 Arbeitssatz (Instrument) o o o

Sax in Es

Nr. 32 Arbeitssatz (Instrument) o o o

Horn in F

Nr. 32 Arbeitssatz (Instrument) o o o

Pos, Fg,
Euph, Bar in C

Nr. 32 Arbeitssatz (Instrument) o o o

Tuba in C

Nr. 32 Arbeitssatz (Instrument) o o o

Klavier

Nr. 33 Literatur-Arbeitssatz 1 (Book of Love) o o o

Fl + Ob +
Stabspiel in C

Nr. 33 Literatur-Arbeitssatz 1 (Book of Love) o o o

Kl + Trp +
T-Sax in B

Nr. 33 Literatur-Arbeitssatz 1 (Book of Love) o o o

Sax in Es

Nr. 33 Literatur-Arbeitssatz 1 (Book of Love) o o o

Horn in F

Nr. 33 Literatur-Arbeitssatz 1 (Book of Love) o o o

Pos, Fg,
Euph, Bar in C

Nr. 33 Literatur-Arbeitssatz 1 (Book of Love) o o o

Tuba in C

Nr. 33 Literatur-Arbeitssatz 1 (Book of Love) o o o

Klavier

Nr. 34 Literatur-Arbeitssatz 2 (Kaze No Mai) o o o

Fl + Ob +
Stabspiel in C

Nr. 34 Literatur-Arbeitssatz 2 (Kaze No Mai) o o o

Kl + Trp +
T-Sax in B

Nr. 34 Literatur-Arbeitssatz 2 (Kaze No Mai) o o o

Sax in Es

Nr. 34 Literatur-Arbeitssatz 2 (Kaze No Mai) o o o

Horn in F

Nr. 34 Literatur-Arbeitssatz 2 (Kaze No Mai) o o o

Pos, Fg,
Euph, Bar in C

Nr. 34 Literatur-Arbeitssatz 2 (Kaze No Mai) o o o

Tuba in C

Nr. 34 Literatur-Arbeitssatz 2 (Kaze No Mai) o o o

Klavier

Nr. 35 Fitness Test 5 (Spielen) o o o

Fl + Ob +
Stabspiel in C

Nr. 35 Fitness Test 5 (Spielen) o o o

Kl + Trp +
T-Sax in B

Nr. 35 Fitness Test 5 (Spielen) o o o

Sax in Es

Nr. 35 Fitness Test 5 (Spielen) o o o

Horn in F

Nr. 35 Fitness Test 5 (Spielen) o o o

Pos, Fg,
Euph, Bar in C

Nr. 35 Fitness Test 5 (Spielen) o o o

Tuba in C

Nr. 35 Fitness Test 5 o o o

Klavier

Link zum Workout Video: <https://youtu.be/3uTqjccyEBA>



Wie funktioniert das Rhythmus Gym? <https://youtu.be/ig2kLdSPirQ>



CC's Rhythmus Gym 1: Biceps

Workout 6



Claus Carsten Behrendt

Nr. 36 Warmup Routine (Sprechen) o o o

Fl + Ob +
Stabspiel in C

Nr. 36 Warmup Routine (Sprechen) o o o

Kl + Trp +
T-Sax in B

Nr. 36 Warmup Routine (Sprechen) o o o

Sax in Es

Nr. 36 Warmup Routine (Sprechen) o o o

Horn in F

Nr. 36 Warmup Routine (Sprechen) o o o

Pos, Fg,
Euph, Bar in C

Nr. 36 Warmup Routine (Sprechen) o o o

Tuba in C

Nr. 36 Warmup Routine (Sprechen) o o o

Klavier

Nr. 37 Stretching (Sprechen) o o o

Fl + Ob +
Stabspiel in C

Nr. 37 Stretching (Sprechen) o o o

Kl + Trp +
T-Sax in B

Nr. 37 Stretching (Sprechen) o o o

Sax Es

Nr. 37 Stretching (Sprechen) o o o

Horn in F

Nr. 37 Stretching (Sprechen) o o o

Pos, Fg,
Euph, Bar in C

Nr. 37 Stretching (Sprechen) o o o

Tuba in C

Nr. 37 Stretching (Sprechen) o o o

Klavier

Nr. 38 Arbeitssatz (Instrument) o o o

Fl + Ob +
Stabspiel in C

Nr. 38 Arbeitssatz (Instrument) o o o

Kl + Trp +
T-Sax in B

Nr. 38 Arbeitssatz (Instrument) o o o

Sax in Es

Nr. 38 Arbeitssatz (Instrument) o o o

Horn in F

Nr. 38 Arbeitssatz (Instrument) o o o

Pos, Fg,
Euph, Bar in C

Nr. 38 Arbeitssatz (Instrument) o o o

Tuba in C

Nr. 38 Arbeitssatz (Instrument) o o o

Klavier

Nr. 39 Arbeitssatz (Instrument) o o o

Fl + Ob +
Stabspiel in C

Nr. 39 Arbeitssatz (Instrument) o o o

Kl + Trp +
T-Sax in B

Nr. 39 Arbeitssatz (Instrument) o o o

Sax in Es

Nr. 39 Arbeitssatz (Instrument) o o o

Horn in F

Nr. 39 Arbeitssatz (Instrument) o o o

Pos, Fg,
Euph, Bar in C

Nr. 39 Arbeitssatz (Instrument) o o o

Tuba in C

Nr. 39 Arbeitssatz (Instrument) o o o

Klavier

Nr. 40 Literatur-Arbeitssatz 1 (Overdrive) o o o

Fl + Ob +
Stabspiel in C

Nr. 40 Literatur-Arbeitssatz 1 (Overdrive) o o o

Kl + Trp +
T-Sax in B

Nr. 40 Literatur-Arbeitssatz 1 (Overdrive) o o o

Sax in Es

Nr. 40 Literatur-Arbeitssatz 1 (Overdrive) o o o

Horn in F

Nr. 40 Literatur-Arbeitssatz 1 (Overdrive) o o o

Pos, Fg,
Euph, Bar in C

Nr. 40 Literatur-Arbeitssatz 1 (Overdrive) o o o

Tuba in C

Nr. 40 Literatur-Arbeitssatz 1 (Overdrive) o o o

Klavier

Nr. 41 Literatur-Arbeitssatz 2 (I'll be there) o o o

Fl + Ob +
Stabspiel in C

Nr. 41 Literatur-Arbeitssatz 2 (I'll be there) o o o

Kl + Trp +
T-Sax in B

Nr. 41 Literatur-Arbeitssatz 2 (I'll be there) o o o

Sax in Es

Nr. 41 Literatur-Arbeitssatz 2 (I'll be there) o o o

Horn in F

Nr. 41 Literatur-Arbeitssatz 2 (I'll be there) o o o

Pos, Fg,
Euph, Bar in C

Nr. 41 Literatur-Arbeitssatz 2 (I'll be there) o o o

Tuba in C

Nr. 41 Literatur-Arbeitssatz 2 (I'll be there) o o o

Klavier

Nr. 42 Fitness Test 6 (Sprechen) o o o

Fl + Ob +
Stabspiel in C

Nr. 42 Fitness Test 6 (Sprechen) o o o

Kl + Trp +
T-Sax in B

Nr. 42 Fitness Test 6 (Sprechen) o o o

Sax in Es

Nr. 42 Fitness Test 6 (Sprechen) o o o

Horn in F

Nr. 42 Fitness Test 6 (Sprechen) o o o

Pos, Fg,
Euph, Bar in C

Nr. 42 Fitness Test 6 (Sprechen) o o o

Tuba in C

Nr. 42 Fitness Test 6 (Sprechen) o o o

Klavier

Link zum Workout Video: <https://www.youtube.com/watch?v=RuMyUFaFfPQ>



Wie funktioniert das Rhythmus Gym? <https://youtu.be/ig2kLdSPirQ>





Workout 7

Claus Carsten Behrendt

Nr. 43 Warmup Routine (Sprechen) o o o

Fl + Ob +
Stabspiel in C

Nr. 43 Warmup Routine (Sprechen) o o o

Kl + Trp +
T-Sax in B

Nr. 43 Warmup Routine (Sprechen) o o o

Sax in Es

Nr. 43 Warmup Routine (Sprechen) o o o

Horn in F

Nr. 43 Warmup Routine (Sprechen) o o o

Pos, Fg,
Euph, Bar in C

Nr. 43 Warmup Routine (Sprechen) o o o

Tuba in C

Nr. 43 Warmup Routine (Sprechen) o o o

Klavier

Fl + Ob +
Stabspiel in C

Nr. 44 Stretching (Sprechen) o o o

Kl + Trp +
T-Sax in B

Nr. 44 Stretching (Sprechen) o o o

Sax Es

Nr. 44 Stretching (Sprechen) o o o

Horn in F

Nr. 44 Stretching (Sprechen) o o o

Pos, Fg,
Euph, Bar in C

Nr. 44 Stretching (Sprechen) o o o

Tuba in C

Nr. 44 Stretching (Sprechen) o o o

Klavier

Nr. 45 Aufwärmssatz (Instrument) o o o

Fl + Ob +
Stabspiel in C

Nr. 45 Aufwärmssatz (Instrument) o o o

Kl + Trp +
T-Sax in B

Nr. 45 Aufwärmssatz (Instrument) o o o

Sax in Es

Nr. 45 Aufwärmssatz (Instrument) o o o

Horn in F

Nr. 45 Aufwärmssatz (Instrument) o o o

Pos, Fg,
Euph, Bar in C

Nr. 45 Aufwärmssatz (Instrument) o o o

Tuba in C

Nr. 45 Aufwärmssatz (Instrument) o o o

Klavier

Nr. 46 Arbeitssatz (Instrument) o o o

Fl + Ob +
Stabspiel in C

Nr. 46 Arbeitssatz (Instrument) o o o

Kl + Trp +
T-Sax in B

Nr. 46 Arbeitssatz (Instrument) o o o

Sax in Es

Nr. 46 Arbeitssatz (Instrument) o o o

Horn in F

Nr. 46 Arbeitssatz (Instrument) o o o

Pos, Fg,
Euph, Bar in C

Nr. 46 Arbeitssatz (Instrument) o o o

Tuba in C

Nr. 46 Arbeitssatz (Instrument) o o o

Klavier

Nr. 47 Literatur-Arbeitssatz 1 (I want it that way) o o o

Fl + Ob +
Stabspiel in C

Nr. 47 Literatur-Arbeitssatz 1 (I want it that way) o o o

Kl + Trp +
T-Sax in B

Nr. 47 Literatur-Arbeitssatz 1 (I want it that way) o o o

Sax in Es

Nr. 47 Literatur-Arbeitssatz 1 (I want it that way) o o o

Horn in F

Nr. 47 Literatur-Arbeitssatz 1 (I want it that way) o o o

Pos, Fg,
Euph, Bar in C

Nr. 47 Literatur-Arbeitssatz 1 (I want it that way) o o o

Tuba in C

Nr. 47 Literatur-Arbeitssatz 1 (I want it that way) o o o

Klavier

Nr. 48 Literatur-Arbeitssatz 2 (Hard Day's Night) o o o

Fl + Ob +
Stabspiel in C

Nr. 48 Literatur-Arbeitssatz 2 (Hard Day's Night) o o o

Kl + Trp +
T-Sax in B

Nr. 48 Literatur-Arbeitssatz 2 (Hard Day's Night) o o o

Sax in Es

Nr. 48 Literatur-Arbeitssatz 2 (Hard Day's Night) o o o

Horn in F

Nr. 48 Literatur-Arbeitssatz 2 (Hard Day's Night) o o o

Pos, Fg,
Euph, Bar in C

Nr. 48 Literatur-Arbeitssatz 2 (Hard Day's Night) o o o

Tuba in C

Nr. 48 Literatur-Arbeitssatz 2 (Hard Day's Night) o o o

Klavier

Nr. 49 Fitness Test 7 (Sprechen) o o o

Fl + Ob +
Stabspiel in C

Nr. 49 Fitness Test 7 (Sprechen) o o o

Kl + Trp +
T-Sax in B

Nr. 49 Fitness Test 7 (Sprechen) o o o

Sax in Es

Nr. 49 Fitness Test 7 (Sprechen) o o o

Horn in F

Nr. 49 Fitness Test 7 (Sprechen) o o o

Pos, Fg,
Euph, Bar in C

Nr. 49 Fitness Test 7 (Sprechen) o o o

Tuba in C

Nr. 49 Fitness Test 7 (Sprechen) o o o

Klavier

Link zum Workout Video: <https://youtu.be/7O2RmEUigJl>



Wie funktioniert das Rhythmus Gym? <https://youtu.be/ig2kLdSPirQ>



CC's Rhythmus Gym 1: Biceps

Workout 8



Claus Carsten Behrendt

Nr. 50 Warmup Routine (Sprechen) o o o

Fl + Ob +
Stabspiel in C

Nr. 50 Warmup Routine (Sprechen) o o o

Kl + Trp +
T-Sax in B

Nr. 50 Warmup Routine (Sprechen) o o o

Sax in Es

Nr. 50 Warmup Routine (Sprechen) o o o

Horn in F

Nr. 50 Warmup Routine (Sprechen) o o o

Pos, Fg,
Euph, Bar in C

Nr. 50 Warmup Routine (Sprechen) o o o

Tuba in C

Nr. 50 Warmup Routine (Sprechen) o o o

Klavier

Nr. 51 Stretching (Sprechen) o o o

Fl + Ob +
Stabspiel in C

Nr. 51 Stretching (Sprechen) o o o

Kl + Trp +
T-Sax in B

Nr. 51 Stretching (Sprechen) o o o

Sax Es

Nr. 51 Stretching (Sprechen) o o o

Horn in F

Nr. 51 Stretching (Sprechen) o o o

Pos, Fg,
Euph, Bar in C

Nr. 51 Stretching (Sprechen) o o o

Tuba in C

Nr. 51 Stretching (Sprechen) o o o

Klavier

Nr. 52 Aufwärmsatz (Instrument) o o o

Fl + Ob +
Stabspiel in C

Nr. 52 Aufwärmsatz (Instrument) o o o

Kl + Trp +
T-Sax in B

Nr. 52 Aufwärmsatz (Instrument) o o o

Sax Es

Nr. 52 Aufwärmsatz (Instrument) o o o

Horn in F

Nr. 52 Aufwärmsatz (Instrument) o o o

Pos, Fg,
Euph, Bar in C

Nr. 52 Aufwärmsatz (Instrument) o o o

Tuba in C

Nr. 52 Aufwärmsatz (Instrument) o o o

Klavier

Nr. 53 Arbeitssatz (Instrument) o o o

Fl + Ob +
Stabspiel in C

Nr. 53 Arbeitssatz (Instrument) o o o

Kl + Trp +
T-Sax in B

Nr. 53 Arbeitssatz (Instrument) o o o

Sax in Es

Nr. 53 Arbeitssatz (Instrument) o o o

Horn in F

Nr. 53 Arbeitssatz (Instrument) o o o

Pos, Fg,
Euph, Bar in C

Nr. 53 Arbeitssatz (Instrument) o o o

Tuba in C

Nr. 53 Arbeitssatz (Instrument) o o o

Klavier

Nr. 54 Literatur-Arbeitssatz 1 (Dragon Fight) o o o

Fl + Ob +
Stabspiel in C

Nr. 54 Literatur-Arbeitssatz 1 (Dragon Fight) o o o

Kl + Trp +
T-Sax in B

Nr. 54 Literatur-Arbeitssatz 1 (Dragon Fight) o o o

Sax in Es

Nr. 54 Literatur-Arbeitssatz 1 (Dragon Fight) o o o

Horn in F

Nr. 54 Literatur-Arbeitssatz 1 (Dragon Fight) o o o

Pos, Fg,
Euph, Bar in C

Nr. 54 Literatur-Arbeitssatz 1 (Dragon Fight) o o o

Tuba in C

Nr. 54 Literatur-Arbeitssatz 1 (Dragon Fight) o o o

Klavier

Nr. 55 Literatur-Arbeitssatz 2 (Concerto Grosso) o o o

Fl + Ob +
Stabspiel in C

Nr. 55 Literatur-Arbeitssatz 2 (Concerto Grosso) o o o

Kl + Trp +
T-Sax in B

Nr. 55 Literatur-Arbeitssatz 2 (Concerto Grosso) o o o

Sax in Es

Nr. 55 Literatur-Arbeitssatz 2 (Concerto Grosso) o o o

Horn in F

Nr. 55 Literatur-Arbeitssatz 2 (Concerto Grosso) o o o

Pos, Fg,
Euph, Bar in C

Nr. 55 Literatur-Arbeitssatz 2 (Concerto Grosso) o o o

Tuba in C

Nr. 55 Literatur-Arbeitssatz 2 (Concerto Grosso) o o o

Klavier

Nr. 56 Fitness Test 8 (Instrument) o o o

Fl + Ob +
Stabspiel in C

Nr. 56 Fitness Test 8 (Instrument) o o o

Kl + Trp +
T-Sax in B

Nr. 56 Fitness Test 8 (Instrument) o o o

Sax Es

Nr. 56 Fitness Test 8 (Instrument) o o o

Horn in F

Nr. 56 Fitness Test 8 (Instrument) o o o

Pos, Fg,
Euph, Bar in C

Nr. 56 Fitness Test 8 (Instrument) o o o

Tuba in C

Nr. 56 Fitness Test 8 (Instrument) o o o

Klavier

Link zum Workout Video: <https://youtu.be/TPzCf-BZnQU>



Wie funktioniert das Rhythmus Gym? <https://youtu.be/ig2kLdSPirQ>



CC's Rhythmus Gym 1: Biceps

Workout 9



Claus Carsten Behrendt

Nr. 57 Warmup Routine (Sprechen) o o o

Fl + Ob +
Stabspiel in C

Nr. 57 Warmup Routine (Sprechen) o o o

Kl + Trp +
T-Sax in B

Nr. 57 Warmup Routine (Sprechen) o o o

Sax in Es

Nr. 57 Warmup Routine (Sprechen) o o o

Horn in F

Nr. 57 Warmup Routine (Sprechen) o o o

Pos, Fg,
Euph, Bar in C

Nr. 57 Warmup Routine (Sprechen) o o o

Tuba in C

Nr. 57 Warmup Routine (Sprechen) o o o

Klavier

Nr. 58 Stretching (Sprechen) o o o

Fl + Ob +
Stabspiel in C

Nr. 58 Stretching (Sprechen) o o o

Kl + Trp +
T-Sax in B

Nr. 58 Stretching (Sprechen) o o o

Sax Es

Nr. 58 Stretching (Sprechen) o o o

Horn in F

Nr. 58 Stretching (Sprechen) o o o

Pos, Fg,
Euph, Bar in C

Nr. 58 Stretching (Sprechen) o o o

Tuba in C

Nr. 58 Stretching (Sprechen) o o o

Klavier

Nr. 59 Aufwärmssatz (Instrument) o o o

Fl + Ob +
Stabspiel in C

Nr. 59 Aufwärmssatz (Instrument) o o o

Kl + Trp +
T-Sax in B

Nr. 59 Aufwärmssatz (Instrument) o o o

Sax in Es

Nr. 59 Aufwärmssatz (Instrument) o o o

Horn in F

Nr. 59 Aufwärmssatz (Instrument) o o o

Pos, Fg,
Euph, Bar in C

Nr. 59 Aufwärmssatz (Instrument) o o o

Tuba in C

Nr. 59 Aufwärmssatz (Instrument) o o o

Klavier

Nr. 60 Arbeitssatz o o o

Fl + Ob +
Stabspiel in C

Nr. 60 Arbeitssatz o o o

Kl + Trp +
T-Sax in B

Nr. 60 Arbeitssatz o o o

Sax in Es

Nr. 60 Arbeitssatz o o o

Horn in F

Nr. 60 Arbeitssatz o o o

Pos, Fg,
Euph, Bar in C

Nr. 60 Arbeitssatz o o o

Tuba in C

Nr. 60 Arbeitssatz o o o

Klavier

Nr. 61 Literatur-Arbeitssatz 1 (Forest Brook Overture) o o o

Fl + Ob +
Stabspiel in C

Nr. 61 Literatur-Arbeitssatz 1 (Forest Brook Overture) o o o

Kl + Trp +
T-Sax in B

Nr. 61 Literatur-Arbeitssatz 1 (Forest Brook Overture) o o o

Sax in Es

Nr. 61 Literatur-Arbeitssatz 1 (Forest Brook Overture) o o o

Horn in F

Nr. 61 Literatur-Arbeitssatz 1 (Forest Brook Overture) o o o

Pos, Fg,
Euph, Bar in C

Nr. 61 Literatur-Arbeitssatz 1 (Forest Brook Overture) o o o

Tuba in C

Nr. 61 Literatur-Arbeitssatz 1 (Forest Brook Overture) o o o

Klavier

Nr. 62 Literatur-Arbeitssatz 2 (Avatar: Way of Water) o o o

Fl + Ob +
Stabspiel in C

Nr. 62 Literatur-Arbeitssatz 2 (Avatar: Way of Water) o o o

Kl + Trp +
T-Sax in B

Nr. 62 Literatur-Arbeitssatz 2 (Avatar: Way of Water) o o o

Sax in Es

Nr. 62 Literatur-Arbeitssatz 2 (Avatar: Way of Water) o o o

Horn in F

Nr. 62 Literatur-Arbeitssatz 2 (Avatar: Way of Water) o o o

Pos, Fg,
Euph, Bar in C

Nr. 62 Literatur-Arbeitssatz 2 (Avatar: Way of Water) o o o

Tuba in C

Nr. 62 Literatur-Arbeitssatz 2 (Avatar: Way of Water) o o o

Klavier

Nr. 63 Fitness Test o o o

Fl + Ob +
Stabspiel in C

Nr. 63 Fitness Test o o o

Kl + Trp +
T-Sax in B

Nr. 63 Fitness Test o o o

Sax in Es

Nr. 63 Fitness Test o o o

Horn in F

Nr. 63 Fitness Test o o o

Pos, Fg,
Euph, Bar in C

Nr. 63 Fitness Test o o o

Tuba in C

Nr. 63 Fitness Test o o o

Klavier

Link zum Workout Video: <https://youtu.be/TPzCf-BZnQU>



Wie funktioniert das Rhythmus Gym? <https://youtu.be/ig2kLdSPirQ>



CC's Rhythmus Gym 1: Bizeps

Workout 10



Claus Carsten Behrendt

Nr. 64 Warmup Routine (Sprechen) o o o

Fl + Ob +
Stabspiel in C

Kl + Trp +
T-Sax in B

Sax in Es

Horn in F

Pos, Fg,
Euph, Bar in C

Tuba in C

Klavier

Nr. 65 Stretching (Sprechen) o o o

Fl + Ob +
Stabspiel in C

Kl + Trp +
T-Sax in B

Sax Es

Horn in F

Pos, Fg,
Euph, Bar in C

Tuba in C

Klavier

Nr. 66 Aufwärmssatz (Instrument) o o o

Fl + Ob +
Stabspiel in C

Nr. 66 Aufwärmssatz (Instrument) o o o

Kl + Trp +
T-Sax in B

Nr. 66 Aufwärmssatz (Instrument) o o o

Sax in Es

Nr. 66 Aufwärmssatz (Instrument) o o o

Horn in F

Nr. 66 Aufwärmssatz (Instrument) o o o

Pos, Fg,
Euph, Bar in C

Nr. 66 Aufwärmssatz (Instrument) o o o

Tuba in C

Nr. 66 Aufwärmssatz (Instrument) o o o

Klavier

Nr. 67 Arbeitssatz o o o

Fl + Ob +
Stabspiel in C

Nr. 67 Arbeitssatz o o o

Kl + Trp +
T-Sax in B

Nr. 67 Arbeitssatz o o o

Sax in Es

Nr. 67 Arbeitssatz o o o

Horn in F

Nr. 67 Arbeitssatz o o o

Pos, Fg,
Euph, Bar in C

Nr. 67 Arbeitssatz o o o

Tuba in C

Nr. 67 Arbeitssatz o o o

Klavier

Nr. 68 Literatur-Arbeitssatz 1 (Wings of Pegasus) o o o

Fl + Ob +
Stabspiel in C

Nr. 68 Literatur-Arbeitssatz 1 (Wings of Pegasus) o o o

Kl + Trp +
T-Sax in B

Nr. 68 Literatur-Arbeitssatz 1 (Wings of Pegasus) o o o

Sax in Es

Nr. 68 Literatur-Arbeitssatz 1 (Wings of Pegasus) o o o

Horn in F

Nr. 68 Literatur-Arbeitssatz 1 (Wings of Pegasus) o o o

Pos, Fg,
Euph, Bar in C

Nr. 68 Literatur-Arbeitssatz 1 (Wings of Pegasus) o o o

Tuba in C

Nr. 68 Literatur-Arbeitssatz 1 (Wings of Pegasus) o o o

Klavier

Nr. 69 Literatur-Arbeitssatz 2 (Dakota) o o o

Fl + Ob +
Stabspiel in C

Nr. 69 Literatur-Arbeitssatz 2 (Dakota) o o o

Kl + Trp +
T-Sax in B

Nr. 69 Literatur-Arbeitssatz 2 (Dakota) o o o

Sax in Es

Nr. 69 Literatur-Arbeitssatz 2 (Dakota) o o o

Horn in F

Nr. 69 Literatur-Arbeitssatz 2 (Dakota) o o o

Pos, Fg,
Euph, Bar in C

Nr. 69 Literatur-Arbeitssatz 2 (Dakota) o o o

Tuba in C

Nr. 69 Literatur-Arbeitssatz 2 (Dakota) o o o

Klavier

Nr. 70 Fitness Test (Sprechen) o o o

Fl + Ob +
Stabspiel in C

Nr. 70 Fitness Test (Sprechen) o o o

Kl + Trp +
T-Sax in B

Nr. 70 Fitness Test (Sprechen) o o o

Sax in Es

Nr. 70 Fitness Test (Sprechen) o o o

Horn in F

Nr. 70 Fitness Test (Sprechen) o o o

Pos, Fg,
Euph, Bar in C

Nr. 70 Fitness Test (Sprechen) o o o

Tuba in C

Nr. 70 Fitness Test (Sprechen) o o o

Klavier

Link zum Workout-Video: <https://youtu.be/OuJOaRIYqYg>



Wie funktioniert das Rhythmus Gym? <https://youtu.be/ig2kLdSPirQ>



NOTIZEN

NOTIZEN

DEIN RHYTHMUS PERSONAL TRAINER

Die App auf einen Blick

www.ccerklärt.de

Rhythmus lesen. Pausen einhalten.

Sprich auf einer Rhythmusübung, zum Beispiel „ta“. Halte den Puls auch in den Pausen innerlich weiter.

Üben

Testmodus

Baukasten

App 1 Personal Trainer

Schwierigkeitsgrad

Warm-up

Viertel, Achtel und Halbe - sicher lesen

Synkopen an/aus

Ab Workout Hard: Überbindungen über den Schlag

Taktarten

4/4 immer dabei

2/4

3/4

Tempo

80 BPM

50 - langsam

140 - flott

Rhythmus als Töne mitspielen

Noten gelb markieren

Lautstärke

100 %

Ein Takt Einzähler (bei 2/4-Takt: zwei Takte), dann zweimal mitspielen. Das Metronom läuft durch.

Übung #01

LESEN · ZÄHLEN · SPIELEN

WARM-UP



↑ Jeder Strich markiert einen Schlag.

Halbe Note = zwei Schläge halten

Bereit für dein Workout

Tipp: „1 und 2 und 3 und 4 und“ mitschlagen

Training starten

Hilfe anzeigen

Nächste Aufgabe →

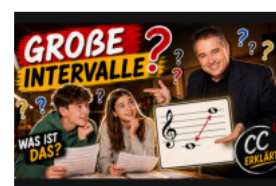
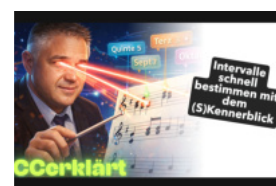
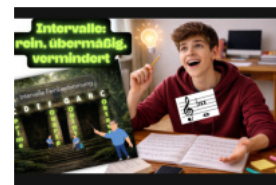
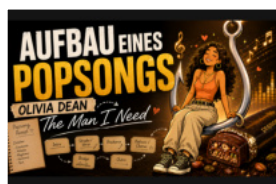
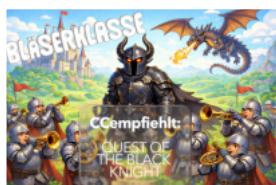
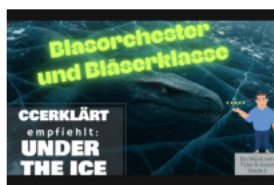
Zur Personal-Trainer-App

QR-Code scannen



- | | |
|---|---|
| 1 Übungsmodus
Rhythmen lesen, zählen und mitspielen. | 8 Töne mitspielen
Den Rhythmus hörbar mitspielen lassen oder ausschalten. |
| 2 Testmodus
Prüfen, wie sicher du den Rhythmus beherrschst. | 9 Noten gelb markieren
Die optische Markierung ein- oder ausschalten. |
| 3 Baukastenmodus
Eigene Rhythmen zusammenstellen. | 10 Lautstärke
Die Lautstärke der Wiedergabe einstellen. |
| 4 Schwierigkeitsgrad
Passendes Trainingsniveau auswählen. | 11 Training starten
Einzähler und anschließende Wiedergabe starten. |
| 5 Synkopen an/aus
Ab Workout Hard: Synkopen zuschalten. | 12 Hilfe anzeigen
Zusätzliche Unterstützung zur Aufgabe einblenden. |
| 6 Taktarten
2/4 und 3/4 zuschalten. 4/4 ist immer dabei. | 13 Nächste Aufgabe
Zu einem neuen Rhythmus wechseln. |
| 7 Tempo
Mit dem Regler 50 bis 140 BPM einstellen. | 14 Aktuelle Taktart
Hier siehst du die Taktart der angezeigten Aufgabe. |

So läuft das Training: Ein Takt Einzähler (bei 2/4 zwei Takte), danach zweimal mitspielen. Das Metronom läuft durch.



Erklärvideos Arbeitsblätter Online-Übungen

Blasorchester · Bläserklassen

www.ccerklaert.de



**Musik verstehen.
Mit Freude musizieren.**

CC erklärt Musik auf YouTube

Impressum

Verfasser, Herausgeber und Druck:

Claus Carsten Behrendt

Im Niederfeld 20

61184 Karben

Eigenveröffentlichung - kostenlose Abgabe.