

Der Lagenwechsel

Der Lagenwechsel (kurz LW) gehört zu den schwierigsten Bewegungsabläufen der LH. Es gibt drei Arten des LW: **der über eine leere Saite, der direkte und der indirekte LW.**

Bei allen drei Arten bewegen sich Arm, Hand, Daumen und Finger mehr oder weniger gleichzeitig in die Ziellage.

Eine Ausnahme ist der **halbe Lagenwechsel**, bei dem sich der Daumen nicht bewegt, die Finger jedoch durch Überstreckung die nächsthöhere oder -tiefere Lage erreichen. Entweder verharren sie dann in der neuen Lage und der Daumen wird nachgezogen oder sie kommen wieder in die Ursprungslage zurück, ohne dass der Daumen die Lage verlassen hat.



Die LW-Bewegung ist eine schnelle Bewegung des ganzen Arms – mit einer deutlich sichtbaren Bewegung des Unterarms (Beugung/Streckung im Ellenbogengelenk) –, der Hand, des Daumens und der Finger.

Beim LW **von den tiefen in die hohen Lagen** bewegt sich der Daumen gleichzeitig mit den Fingern. Er muss sich leicht vom Gitarrenhals lösen. Beim LW **von den hohen in die tiefen Lagen** bewegt sich der Daumen beim Erreichen des letzten Tons (Fingers) der Ausgangslage schon in Richtung der tieferen Ziellage, so dass eine **ziehende Bewegung aus dem Handgelenk entsteht**. Der Daumen muss beim LW sehr variabel agieren. Er muss seine Positionen am Gitarrenhals sowohl horizontal als auch vertikal ständig verändern. Sein Gegendruck ist daher beim LW immer gering.

In den allerhöchsten Lagen wird er am Schnittpunkt unterer Hals/Zarge, jedoch mehr am Hals angelegt. Der LW erfolgt hier durch Überstreckung der ganzen Hand, wobei der Daumen seine Position nicht verlässt und als Ankerpunkt fungiert. Bei kleineren Händen wird der Daumen mit wenig Druck am Griffbrett angelegt, was bei modernen Gitarren relativ einfach zu realisieren ist, da sie häufig von der Decke aus gesehen eine Griffbretterhöhung haben.

Der leichteste LW ist **der über die leere Saite**. Sie verschafft der LH durch ihr Erklängen genügend Zeit für den Wechsel und garantiert immer ein „Legato“.

Beim **direkten LW** erreicht derselbe Finger der Ausgangslage auch die Ziellage. Eine Besonderheit ist hierbei der 4. Finger beim Aufwärtslagenwechsel. Er muss so aufgesetzt werden, dass er die Haltung seiner bogenähnlich gebeugten Fingergelenke bis in die höchsten Lagen beibehalten kann. Er darf seiner natürlichen Tendenz nach außen weg und umzukippen nicht nachgeben.

Beim **indirekten LW** wird der Finger, der den LW ausführt, beim Erreichen der Ziellage von einem anderen Finger ersetzt. Beim Aufwärtslagenwechsel ist dies bei den nachfolgenden Fingerkombinationen 1-2, 1-3, 1-4, 2-3, 2-4, 3-4 keine große Schwierigkeit. Bei den umgekehrten Kombinationen ist es umso schwieriger, je weiter die Finger auseinanderliegen, und zwar bei 3-1, 4-2 und besonders bei 4-1.

Bei den Abwärtslagenwechseln verhält es sich genau umgekehrt: 1-3, 2-4 und 1-4 sind hier die schwierigen. Bei diesen LW müssen sich die Finger so dicht wie möglich zusammenziehen, sozusagen „unterstrecken“, um die Bewegung möglichst legato ausführen zu können. Der Daumen wird wieder vorgeschickt, damit eine ziehende Handbewegung entstehen kann.

Überstrecken und Zusammenziehen der Finger

Um ein ökonomisches und kraftsparendes Spiel der LH zu gewährleisten, muss sich die LH bei jeder sich bietenden Gelegenheit entspannen, denn schon ein Vierfingeraufsatz (4. Handrahmen, s. S. 25) in der I. Lage bedeutet für jeden Finger eine Überstreckung. Wenn alle vier Finger ständig auf dem Griffbrett gehalten werden, ist das auf Dauer zu anstrengend für die LH. Daher sollten die Finger, die für einen kurzen Augenblick nicht gebraucht werden, hochgehoben werden. Bei Läufen und Tonleitern kann das so aussehen, dass nur der Finger greift, der an der Tonerzeugung beteiligt ist, damit sich die anderen entspannen können.

Wichtig! Die Bewegung des Fingerendgelenkes:

Man stellt einen kleinen Unterschied zum Tirando beim Endgelenk fest, das beim Apoyando nachgibt und dadurch kurzzeitig gestreckt ist. Diese unauffällige Bewegung darf auf keinen Fall ein einfaches Nachgeben sein, sondern muss einer elastischen Federbewegung entsprechen.



Zeigefinger vor dem Apoyandoanschlag



Zeigefinger nach dem Apoyandoanschlag

Bewegungsabläufe beim alternierenden Anschlag mit m-i und a-m-i (Wechselschlag)

Mit m-i

Die detaillierten Bewegungsabläufe des Wechselschlags sind identisch mit denen beim Tirando und Apoyando. Nur ergibt sich durch den Wechsel der Finger jeweils eine Rückkehrbewegung des Fingers, der nicht anschlägt, zu seiner Ausgangsstellung. Oder anders ausgedrückt: Anschlags- und Rückkehrbewegung kreuzen sich. Während der Zeigefinger anschlägt, kehrt der Mittelfinger zurück und umgekehrt. Diese Bewegungen müssen im langsamen Tempo perfekt koordiniert werden.

Bei schneller werdender Anschlagsfrequenz des Wechselschlags wird die Rückkehrbewegung zu einer automatischen Bewegung. Rückkehr- und Anschlagsbewegung entsprechen im schnellen Tempo einer Art „Ping-Pong-Effekt“: Das eine ergibt sich aus dem anderen. Um beide Bewegungen perfekt zu koordinieren, ist es unbedingt notwendig, Anschlag- und Rückkehrbewegung zuerst im langsamen Tempo zu üben.



i nach dem Apoyandoanschlag



m nach dem Apoyandoanschlag



i nach dem Tirandoanschlag



m nach dem Tirandoanschlag

TIPP A6 12 Grundarpeggien mit Gegenrhythmus des Daumens

Bei dieser Variante spielen die Finger 16tel-Vierergruppen, während der Daumen punktierte Achtel dagegen spielt. Es entsteht ein 3:4-Rhythmus. Sehr effektiv!

1 *ā m ī m ā m ī m ā m ī m* 2 *a m a i a m a i a m a i* 3 *a i m i a i m i a i m i*

4 *a i a m a i a m a i a m* 5 *m a m i m a m i m a m i* 6 *m i m a m i m a m i m a*

7 *m a i a m a i a m a i a* 8 *m i a i m i a i m i a i* 9 *i m a m i m a m i m a m*

10 *i a i m i a i m i a i m* 11 *m a i a m a i a m a* 12 *i m i a i m i a i m i a*

A7 Arpeggien mit p-i, p-m und p-a

Der nicht gleichzeitige Anschlag entspricht dem „Fingerpicking“ der Stahlsaitengitarre. Seine Realisierung ist sehr leicht – nicht zuletzt wegen der geringen Kraftanspannung der rechten Hand – und dient u. a. der Lockerung derselben. Um eine **möglichst schnelle Ausführung** zu gewährleisten, ist die Saitenzuordnung des Daumens immer dieselbe.

1 *p a p m p i p m* 2 *p a p m p a p i* 3 *p i p i p m p i* 4 *p a p i p a p m*

5 *p m p a p m p i* 6 *p m p i p m p a* 7 *p m p i p a p i* 8 *p m p a p i p a*

9 *p i p m p a p m* 10 *p i p m p i p a* 11 *p i p a p m p a* 12 *p i p a p i p m*

The image shows four musical exercises for guitar technique, each consisting of an ascending and a descending scale in 6/8 time. The exercises are labeled with Roman numerals I, II, III, VII, VIII, and IX. Fingerings are indicated above the notes. Each exercise is repeated twice, as indicated by the double bar lines with repeat dots. The exercises are as follows:

- Exercise 1 (I, II, III):** Ascending scale (I, II, III) and descending scale (IX, VIII, VII) in 6/8 time. Fingerings: 2, 4, 1, 2, 4, 1 for ascending; 1, 4, 2, 1, 4, 2 for descending.
- Exercise 2 (I, II, III):** Ascending scale (I, II, III) and descending scale (IX, VIII, VII) in 6/8 time. Fingerings: 4, 1, 2, 4, 1, 2 for ascending; 2, 1, 4, 2, 1, 4 for descending.

Übung 40 auch mit folgenden Rhythmen und Betonungen üben:

Seven rhythmic patterns labeled a) through g) for guitar practice. The patterns are as follows:

- a) $\underline{\text{♩}} \underline{\text{♩}} \underline{\text{♩}} \underline{\text{♩}}$
- b) $\underline{\text{♩}} \underline{\text{♩}} \underline{\text{♩}} \underline{\text{♩}}$
- c) $\underline{\text{♩}} \underline{\text{♩}} \underline{\text{♩}}$
- d) $\underline{\text{♩}} \underline{\text{♩}} \underline{\text{♩}}$
- e) $\underline{\text{♩}} \underline{\text{♩}} \underline{\text{♩}}$
- f) $\underline{\text{♩}} \underline{\text{♩}} \underline{\text{♩}}$
- g) $\underline{\text{♩}} \underline{\text{♩}} \underline{\text{♩}}$

Synchronisieren mit 4 Fingern der LH sowie 2 und 3 Fingern der RH (24 Permutationsformen)

- 41** Eine der höchsten Stufen der Synchronisation beider Hände stellt das Üben der 24 Permutationsformen der Finger der LH dar, das darüber hinaus die Unabhängigkeit innerhalb der Finger der LH fördert. In 4 Gruppen à 6 aufgeteilt ergeben sich folgende Formen, die auf allen Saiten, vorzugsweise auf der 2. und 3. (um Abnutzungserscheinungen der Nägel auf den Basssaiten zu vermeiden) geübt werden können:

	: 1 2 3 4 :				: 2 1 3 4 :				: 3 1 2 4 :				: 4 1 2 3 :	
	: 1 2 4 3 :				: 2 1 4 3 :				: 3 1 4 2 :				: 4 1 3 2 :	
	: 1 3 2 4 :				: 2 3 1 4 :				: 3 2 1 4 :				: 4 2 3 1 :	
	: 1 3 4 2 :				: 2 3 4 1 :				: 3 2 4 1 :				: 4 2 1 3 :	
	: 1 4 2 3 :				: 2 4 1 3 :				: 3 4 2 1 :				: 4 3 1 2 :	
	: 1 4 3 2 :				: 2 4 3 1 :				: 3 4 1 2 :				: 4 3 2 1 :	

V. Technik-Übepläne im täglichen Übe-Zyklus

Es ist schwierig, bei den folgenden Beispielen für Technik-Übepläne die genaue Zeitdauer der einzelnen Übungen anzugeben, da sie vom Lerntempo, technischem Stand und Geschicklichkeit des Einzelnen abhängen. Daher sind die angegebenen Zeiten nur ungefähre Angaben. Sie sollen dem Lernenden eine Orientierung bei der Einteilung seiner Übe-Zeit geben und sind **bei dem leisesten Zeichen von Überanstrengung zu verkürzen oder bei Mehrbedarf zu verlängern. Man sollte also nicht vergessen: Es kommt nicht auf die Dauer, sondern auf die Qualität und Effektivität des Übens an!**

Um die vielen Möglichkeiten aufzuzeigen, wie eine Übung modifiziert werden kann, werden im Folgenden einige nicht so dargestellt, wie sie in den einzelnen Kapiteln beschrieben sind. Dies ist eine bewusste Aufforderung an die Gitarristen, die Übungen z. B. in ihrem Umfang zu begrenzen, zu erweitern oder sie auch untereinander zu kombinieren. Der Kreativität sind keine Grenzen gesetzt.

Technik-Übepläne *kurz* – circa 45 Minuten

Beispiel 1

Inhalt	Seite	Dauer (circa)
1. ARPEGGIEN, (TIPP) A5: 12 Grundarpeggien, Muster 1-6, pro Muster 2 Minuten	62	12 Minuten
2. KOORDINATION LH-RE, Nr. 5a) (TIPP) mit i-m und chromatischer Tonleiter auf 2. und 3. Seite	92	2-3 Minuten
3. LH-BINDUNGEN, Zweier-Bindungen kombiniert, Nr. 3 mit 1-2, 2-1, 2-3, 3-2, 3-4, 4-3	140	6-7 Minuten
4. a) TONLEITERSPIEL, 5 Kurzübungen für Tonleitern (TIPP), Nr. 5 von IV.-IX. Lage mit i-m	124	2 Minuten
b) TONLEITERSPIEL, 5 Kurzübungen für Tonleitern (TIPP), Nr. 6 von I.-VII. Lage mit i-m	124	2 Minuten
c) TONLEITERSPIEL, 5 Kurzübungen für Tonleitern (TIPP), Nr. 7 von I.-V. Lage mit m-a	124	2 Minuten
5. LH-BINDUNGEN, Zweier-Bindungen kombiniert, Nr. 3 mit 1-3, 3-1, 2-4, 4-2, 1-4, 4-1	140 f.	6-7 Minuten
6. ARPEGGIEN, (TIPP) A5: 12 Grundarpeggien, Muster 7-12, pro Muster 2 Minuten	62	12 Minuten

Beispiel 2

Inhalt	Seite	Dauer (circa)
1. ARPEGGIEN, A2: 6 Grundarpeggien auf 24 erweitert, Muster 1-3	55	15 Minuten
2. TONLEITERSPIEL, Vorstudien für Tonleitern und Läufe, Nr. 1 a) und d) von I.-IX.-I. Lage	115 f.	3 Minuten
3. TONLEITERSPIEL, Vorstudien für Tonleitern und Läufe, Nr. 2 d) und i) von I.-IX.-I. Lage	117	3 Minuten
4. ARPEGGIEN, A2: 6 Grundarpeggien auf 24 erweitert, Muster 4-6	55 f.	15 Minuten