

GUITAR SPEED TRAINING

*Mit Übungen,
Noten/Tabs
und
Erklärung*



**MARCO NAU
GITARRSCHULE
MA-GUITAR**

Guitar Speed Training

Die linke Greifhand

- Am wichtigsten ist, dass der Daumen in der Mitte des Hals ungefähr gegenüber des Mittelfingers hinten am Griffbrett anliegt und auch beim Lagenwechsel mit geht. Ragt der Daumen zu weit über dem Griffbrett heraus, kannst du die Finger schlechter spreizen und auseinander bringen. Die anderen Finger sollten senkrecht gerade aufliegen und die Bewegungen so wenig wie möglich sein. Also wenig vom den Saiten wegbewegen und Nahe am Griffbrett bleiben. Um so kürzer der Weg ist, desto schneller und besser das Ergebnis.

Die rechte Pickinghand

- Nimm das Plektrum in der „Prima-Handzeichen-Haltung“ und führe deinen Daumen zum ersten Glied deines Zeigefingers und lege das Plektrum so zwischen Daumen und Zeigefinger, so dass die Spitze knapp an der ersten Glied-Beugung des Zeigefingers raus zeigt. Fühlt sich am Anfang etwas seltsam an, aber nur so hast du das Plektrum sicher unter Kontrolle.
- Das Plektrum sollte ungefähr im 45 Grad Winkel sein und nicht zu gerade zu den Saiten anschlagen. Wenn du zu tief mit der Spitze des Plektrums rein stichst, bleibst du meistens hängen und der Spielfluss ist dahin, daher sollte das vermieden werden. Achte auf kleine Bewegungen und auf wenig Kraftaufwand.

- Generell sollten die Übungen mit Wechselschlag (Alternate-Picking) gespielt werden. Beginne mit einer Warm up Übungen (Siehe Guitartabs) wie:

Wie man Guitartabs liest findest du [hier](#).

1. Die Kletterübung (genannt auch die Spinne).

Standard tuning
♩ = 120

od.guit.

T
A
B

7 8 9 10 7 8 9 10 | 7 8 9 10 7 8 9 10 | 7 8 9 10 7 8 9 10

7 8 9 10 7

2. Die Trillerübung

Standard tuning
♩ = 120

od.guit.

T
A
B

7 8 7 8 7 8 7 8 | 7 9 7 9 7 9 7 9 | 7 10 7 10 7 10 7 10

3. Akkordtreppe

Standard tuning

♩ = 120

orig.

- Ich gehe davon aus, dass du schon von der Spinne, Trills und Akkordtreppe gehört oder auch schon gespielt hast. Wenn nicht, schaue einfach bei YouTube nach. Gebe Gitarre und die Begriffe in die Suchleiste ein. Dann wirst du passende Videos zu dem Thema finden. Tipp! Schaue auch nach den Bewertungen...
- Beginne die erste Übung langsam, in dem du in Zeitlupe spielst. So langsam, dass es sich immer besser anfühlt und du in einen sogenannten „Flow“ kommst. Dann stellst du dir ein Metronom auf 60 Bpm ein (Im 4/4 Takt). Erst wenn das klappt steigert du das Tempo etwas (zum Beispiel 5 Bpm mehr). Nimm dir pro Tag nur ein oder zwei Übungen vor und übe das Thema maximal 10 Minuten und mache dann eine kurze Pause. Übe am Anfang nicht zu lange und achte darauf, dass du locker bleibst und nichts dabei weh tut. Vermeide bei ersten Ermüdungserscheinungen, dass du einfach so weiter spielst. Mache dann eine kurze Pause und überprüfe deine Haltung und Technik der rechten und linken Hand.

4. Pentatonik - Übung 1

♩ = 120

The score for '4. Pentatonik - Übung 1' is written for guitar in 4/4 time with a tempo of 120 bpm. It consists of two systems. The first system has three measures: Measure 1 (fingering 1 3, 2 4, 3 1, 4 2), Measure 2 (fingering 4 1, 4 1, 3 2, 4 3), and Measure 3 (fingering 3 1, 3 2, 4 3, 4 4). The second system has three measures: Measure 4 (fingering 3 1, 4 2, 4 3, 4 4), Measure 5 (fingering 4 1, 4 1, 3 2, 4 3), and Measure 6 (fingering 6 1, 6 2, 6 3, 6 4) with accents 'full' over the 6th and 5th strings. Fingering numbers are placed above notes, and fret numbers are placed below the strings in the TAB notation.

- Die Pentatonik wird hier in den unteren 3 Saiten, beginnend in der zweiten Lage rückwärts und dann wieder zurück gespielt und dann horizontal zur nächsten Lage gewechselt. Bis alle 5 Patterns durch sind. Falls du die Pentatonik und ihre Patterns noch nicht kannst oder noch keine Erfahrung damit hast, solltest du sie erst lernen, bevor du mit diesen Übungen weitermachst. Dies ist eine der absoluten Basis Grundlagen für Gitarristen.
- Erklärung und die Patterns findest du [hier](#).

5. Pentatonik - Übung 2

Standard tuning

♩ = 120

The score for '5. Pentatonik - Übung 2' is written for guitar in 4/4 time with a tempo of 120 bpm. It consists of two systems. The first system has three measures: Measure 1 (fingering 4 1, 4 1, 3 2, 4 3), Measure 2 (fingering 2 1, 2 2, 3 3, 4 4), and Measure 3 (fingering 3 1, 3 2, 4 3, 4 4). The second system has two measures: Measure 4 (fingering 4 1, 4 2, 4 3, 4 4) and Measure 5 (fingering 5 1, 5 2, 5 3, 5 4). Fingering numbers are placed above notes, and fret numbers are placed below the strings in the TAB notation. The second system ends with a double bar line.

- Hier wird die Pentatonik nur in der fünften Lage, von unten nach oben gespielt. Du beginnst im 8. Bund mit dem kleinen Finger auf der hohen E-Saite, dann spielst du im 5. Bund mit dem Zeigefinger, folgend im 8. und 5. auf der H-Saite. Anschließend die Note im 7. Bund (Ringfinger) auf der G-Saite und wieder zurück zum 5. und 8. Bund der H-Saite bis zum 5. der E-Saite. Danach beginnst du mit der vorletzten Noten mit der du gerade aufgehört hast (Das war der Ton „G“ im 8. Bund) und beginnst das gleiche Muster fortzusetzen.

6. Pentatonik - Übung 3 mit Triller

Standard tuning
♩ = 120

od.guit.

- Hier spielst du die Pentatonik in der 5. Lage von unten nach oben. Achte darauf, dass bei den Trills nur einmal angeschlagen wird und die Töne ohne Triller im Wechselschlag. Beachte den Wechsel zwischen Triolen (drei Schläge pro Grundschlag) und Achtel (zwei Schläge pro Grundschlag).

- Das ist natürlich alles sehr viel Material und hatte mir damals auch Kopfzerbrechen bereitet.
- Ich bin alleine ohne Übeplan nicht mehr weiter gekommen. Denn neben den Skalen, Techniken der Leadgitarre gibt es noch weiteres Material, was man üben sollte, um besser zu werden, wie Zum Beispiel; Arpeggien, Akkordwissen und Erweiterungen, Harmonielehre, Rhythmus usw.
- Du möchtest besser werden und Gitarre richtig lernen und üben? Du fühlst dich überfordert mit dem ganzen Überangebot im Internet.
Dann kann ich dir weiterhelfen. Du brauchst Struktur und unbedingt einen Übeplan.

Ein weiteres E-Book von mir „Gitarre richtig lernen und üben“ gibt es günstig zu erwerben. Ein Ratgeber, wie du einen roten Faden in deinem Gitarrenspiel bekommst. U.a. Zeitpläne, Übeplan erwartet dich hier!



Impressum

Texte: © 2021 Copyright by Marco Nau

**Verantwortlich
für den Inhalt: Marco Nau
Lindenhofplatz 4
68163 Mannheim
info@ma-guitar.de
www.ma-guitar.de**

