

Bauchmuskeln helfen beim Stimmtraining in Hennef

Stimmen-Coaching: Der Musikpädagoge Patrick Bach beim Gospelworkshop in Hennef. Am Klavier spielt Niko Schlenker.



Stimmen-Coaching: Der Musikpädagoge Patrick Bach beim Gospelworkshop in Hennef. Am Klavier spielt Niko Schlenker.

Hennef. Chor-Coach Patrick Bach zeigt beim Gospelworkshop in Hennef die richtige Gesangstechnik. Rund 40 Sänger aus der gesamten Region lernen einen ganzen Tag lang im Gemeindesaal der evangelischen Kirchengemeinde.

Von Christine Siefer, 02.03.2018

„Wer glaubt, dass Singen kein Sport ist, hat sich noch nie richtig eingesungen.“ Dieser bei Sängern beliebte Spruch hätte auch das Motto des Gospel- und Stimmbildungskurses in Hennef sein können. Rund 40 Sänger aus der gesamten Region lernten einen ganzen Tag lang im Gemeindesaal der evangelischen Kirchengemeinde, wie ihre Stimme technisch funktioniert. Darunter viele Sänger des Hennefer Gospelchores „River of Joy“ des Chorleiters und Workshop-Gastgebers Niko Schlenker.

Seine Stücke boten die ideale Trainingsgrundlage für Chor-Coach Patrick Bach, der extra aus Baden-Württemberg angereist war. Der Musikpädagoge hat in der SWR-Sendung „Bach, auch du kannst singen“ bereits völlig fremde Menschen in kürzester Zeit zu einem Chor geformt. Dabei stehen stets die Freude am Gesang und das gesunde Singen im Vordergrund, Töne treffen ist zweitrangig.

Seit 2014 arbeiten Bach und Schlenker immer wieder in Workshops zusammen. In Hennef hat Bach nun geübte Chorsänger mit der „Complete Vocal Technique“ vertraut gemacht – sie hilft dabei, aus voller Kehle zu singen, ohne dabei heiser zu werden. „Singen darf anstrengend sein, aber nicht weh tun“, erklärte Bach direkt zu Beginn des Workshops. Damit das nicht passiere, sei es wichtig zu verstehen, wie die Stimme eigentlich funktioniert.

Baucheinziehen ist die falsche Technik

Über einen Beamer zeigte Bach anatomische Zeichnungen der Lunge, Rippen, des Zwerchfells und der umliegenden Muskeln. Beim Einatmen senkt sich das Zwerchfell unter der Lunge, Organe werden leicht verdrängt, und der Bauch wird dicker. „Ich ziehe ihn eigentlich immer ein“, schallte es aus den Frauenstimmen. Das hätten sich viele aus ästhetischen Gründen falsch antrainiert, erklärte der 42-Jährige. Beim Ausatmen helfen die vielen Muskeln, die Luft kontrolliert ausströmen zu lassen.

In Schlenkers Gospelsongs konnten die Teilnehmer das direkt ausprobieren. Mit einer Hand an den Rippen und der anderen am Bauch sang die Gruppe lange Phrasen ohne ständiges Luftholen. Auch die Position des Kehlkopfes, die Spannung des Unterkiefers oder die Aussprache von Vokalen hat Auswirkungen auf den Klang der Stimme. Um das zu verdeutlichen, spielte Bach mit den Klischees. Ob engelsgleicher Sopran, brummender Bass, kraftvoller Alt oder selbstverliebter Tenor: Die Stimmgruppen sollten sich gegenseitig nachahmen. Schnell wurde deutlich, dass der kleine Unterschied oft nur eine Frage der Technik ist.

Wie man klingt, hänge auch mit dem kulturellen Hintergrund und den Singgewohnheiten zusammen, so Bach. Während hierzulande Gesang vor allem in Kirchen praktiziert wurde, sind in anderen Kulturen rituelle Gesänge unter freiem Himmel die Grundlage für heutige Hörgewohnheiten. Mit einer bestimmten Aussprache und körperlichen Einstellung könnten solche Grenzen auch verschoben werden.

So schafft es auch ein hoher Sopran, kraftvoll metallisch zu dröhnen, wie

Gospelchorsängerin Alexandra Schumacher in einer Übung bewies. Die 37-Jährige schaffte es mit Bachs Anleitung, plötzlich über den kompletten Chor zu schallen. Ob einem dieser Klang gefällt, blieb Geschmackssache.

Stimmbruch bei Jungen ein Problem

„Es geht nur darum zu zeigen, wie die Stimme klingen kann, ohne sie dabei zu schädigen“, erklärte Bach. Das sei auch sein Ansatz, wenn er als Musiklehrer am Gymnasium Jugendliche, vor allem Jungen, zum Singen bringe. „Wir dürfen nicht immer unsere Klangideale überstülpen, sondern müssen die Kids da abholen, wo sie stehen und was ihnen gefällt.“ Indem er ihnen zeige, wie die Technik funktioniert, gebe er ihnen die Kontrolle über ihre Stimme zurück, die Jungen im Stimmbruch oft verlören.

Mit seinem Enthusiasmus steckte Bach auch die Teilnehmer des Workshops an. Im April startet das nächste Gospelprojekt „Be encouraged“, bei dem die Kenntnisse dieses Workshops einfließen werden, um im September beim Abschlusskonzert in der Rhein-Sieg-Halle das Publikum mit Stimmkraft zu begeistern.