

# Einsingen

Julia Barthe

Durch die Nase oder auf f in den Rücken einatmen, Schultern kreisen nach oben.  
Ausatmen auf f oder sch, Schultern kreisen nach unten.

f sch f sch f sch f sch f sch f sch

4 Nacken und Knie lösen, Marionettenfaden, Länge nach unten.  
(Halbvokale)

m mim mim mim mim mim  
n ngang ngang ngang ngang ngang  
ng mjam mjam mjam mjam mjam mjam  
mum mum mum mum mum mum

7 Abwärts. Immer leise, in der Tiefe nicht drücken.

u lu la li

11 Aufwärts. Übergehen in nächste Übung.

lu li lu li lu li lu li lu li schi

li la li la li la li la li  
su si su si su si su si su  
vi va vi va vi va vi va vi

15 Aufwärts. Quinte tiefer anfangen als Übung vorher.

li schi

18

li schi li schi lu - i - se  
o - a - se  
a - i - da

21

si sa si sa si sa si vi va vi va vi va vi bu bi bu bi bu bi bu bli bla bli bla bli bla bli

25

mi mi mi mi mi mi mi mi mi mi mi mi mi ni ni ni ni ni ni ni ni ni ni ni ni ni li li li li li li li li li li li li li mu mu mi mi ma mu mu mi mi ma mu mu mi mi ma nu nu ni ni na nu nu ni ni na nu nu ni ni na lu lu li li la lu lu li li la lu lu li li la

vi/si...

29 Intonation Seufzen

mi - ni - mal mi - ni - mal