

Atemtrainingsgerät

“ASTRA[©]”

Air-Stream-Trainer für Musiker

Power ~~A~~breath
www.lungentrainer.at

*Die Atmung
macht den Ton!*



Theoretisch lassen sich die physiologischen Aspekte des Spielens auf einem Blas- / Blechblasinstrument wie folgt zusammenfassen:

- Bei der forcierten Ausatmung während des Blasens erreicht man durch Aktivierung der Flankenmuskulatur (M. obliquus internus und M. transversus) eine wesentlich bessere Bauchstütze.
- Das Zwerchfell darf beim Ausatmen nicht angespannt sein, sondern muss elastisch bleiben.
- Auf dem Weg des Luftstromes von den Lungen bis zu den Lippen ist eine Anspannung verursachte Verengung (z.B. im Hals) zu vermeiden.
- Die Lippen- u. Gesichtsmuskulatur sollte durch den Luftstrom reflektorisch aktiviert werden.



Durch regelmäßiges Training mit dem Astra[©] ist man in der Lage, die Ansatzmuskulatur durch die Atmung reflektorisch zu aktivieren. Durch die Kugel ist eine optische Kontrolle gegeben.

Das Training:

Zu Beginn sollte ohne Tonerzeugung in den Trainer geblasen werden. In der Reihenfolge klein-weiß, klein-grün und groß-rot



Für Rückfragen stehen wir Ihnen gerne zu Verfügung:

INOVAMET Vertriebs GmbH, 1070 Wien Tel. Nr.: 01 / 526 89 43 Fax: DW 15
Mail: info@lungentrainer.at Web: www.lungentrainer.at

Atemtrainingsgerät

“ASTRA[©]”

“STÜTZE”-Trainer für Blasmusiker

Art. 259.72100 bis 600

Power ~~A~~ breath
www.lungentrainer.at

*Die Atmung
macht den Ton!*



- praktische Hilfe für Blasmusiker
- zum Erlernen der richtigen Atmung und Ansatzfunktion
- 6 Varianten mit unterschiedlichen Bohrungen zur Nutzung mit Mundstücken erhältlich
- inklusive Kugelauffangkorb

Der Astra Air-Stream-Trainer ist eine praktische Hilfe für Blasmusiker, um Atmung und Ansatzfunktion für das Spielen eines Blasinstruments zu lernen oder zu optimieren.

Beim Training versuchen Sie eine Kugel durch Ihre Atmung im Korb zum Schweben zu bringen - dies gelingt Ihnen nur unter korrektem Einsatz Ihrer Atemmuskulatur. Ihnen stehen mehrere verschieden schwere Kugeln zur Verfügung, mit denen Sie den Schwierigkeitsgrad der Übungen nach Belieben erhöhen können.

Den Atemtrainer Astra gibt es in sechs Varianten, die sich durch verschieden große Bohrungen unterscheiden. In die Bohrungen passen die Mundstücke folgender Instrumente:

- Bohrung: 8,5 mm Durchmesser - für Horn,
- Bohrung: 8,5 mm Durchmesser - für Tenor-Saxophon,
- Bohrung: 8,5 mm Durchmesser - für Alt-Saxophon
- Bohrung: 12 mm Durchmesser - für Posaune S,
- Bohrung: 11 mm Durchmesser - für Trompete,
- Bohrung: 14 mm Durchmesser - für Tuba & Posaune L.

Wenn Sie die Atemübungen nach einer Eingewöhnungsphase auch mit Ihrem Mundstück durchführen, können Sie die korrekte Atmung automatisieren und übernehmen das Atemmuster ganz natürlich auch beim Spielen Ihres Instruments.

