

# Breath Builder

Leistungsfähiger Atemtrainer für Musiker



- Musiker steigern ihre Atemkapazität
- Eliminiert Pausen zwischen den Sätzen
- Verbessert den Tonklang

## Anwendung

1. Halten Sie den Breath Builder fest in der Hand.
2. Platzieren Sie die Lippen fest über den Atemtrainerschlauch.
3. Atmen Sie tief ein, bis Ihre Lunge gefüllt ist. Ihr Bauch sollte sich dabei ausdehnen.
4. Pusten Sie kräftig in den Schlauch, bis der Ball im Zylinder aufsteigt.
5. Sobald der Ball oben im Zylinder angekommen ist, atmen Sie stark genug ein, um den Ball oben zu halten.

Wenn Sie diese Übung leicht ausführen können, legen Sie den Zeigefinger auf eine der Öffnungen oben am Zylinder und wiederholen Sie die Übung wie oben beschrieben.

Wenn Ihnen dies leicht fällt, legen Sie den Zeigefinger auf zwei Öffnungen und wiederholen Sie die Übung. Sie werden feststellen, dass durch das Schließen der Öffnungen die Atemübung schwieriger wird. **Bitte beachten Sie, dass immer eine Öffnung frei bleiben muss.**

Das Trainingsgerät ermöglicht eine Atemkontrolle. Der Zylinder ist durchsichtig, sodass der Ball im Inneren beim Aufsteigen beobachtet werden kann. Die Luft scheidet durch die Öffnungen wieder aus. Dabei kann der Widerstand durch Schließen von bis zu zwei Öffnungen variiert werden, sodass der Anwender seine Atmung kontrolliert einsetzen kann.

### Schlauch in zwei Größen:

Small (für größeren Widerstand): hohe Blas- und Holzblasinstrumente (außer Flöte)

Large (für geringeren Widerstand): für Gesang, tiefe Blasinstrumente und Flöte

Artikelnummer: 259.15000

HaB GmbH, Porschestraße 4, 21423 Winsen (Luhe), Tel. 04171-890 81 70

**Lungentrainer.de**

## Wirkung

Das Ziel der intensiven Atemübungen ist es, den Ball so lange wie möglich oben im Zylinder des Atemtrainers zu halten. Der Breath Builder ist eine der Innovationen im Bereich der Atemkontrolle für Musiker. In der Vergangenheit wussten Musikstudenten nicht viel über Ein- und Ausatmung. Die Anweisung tief einzutatmen wurde ausgeführt, ohne jegliche Kontrolle, wie gut oder schlecht diese für Musiker so wichtige Übung ausgeübt wurde.

Der Breath Builder ist ein einfach zu bedienendes Trainingsgerät, das den Trainingserfolg schnell aufzeigt: Nur wenn richtig geatmet wird, funktioniert es einwandfrei, sodass beide – Musiklehrer und -schüler – den Ball steigen und fallen sehen können.

Instrumentalspieler und Sänger haben festgestellt, dass sie durch die Anwendung des Breath Builders ihre Atmung effizienter und effektiver einsetzen können. Der Tonklang verbessert sich und vor allem schwierige lange Passagen werden problemlos bewältigt. Singen und Spielen von Musikinstrumenten steigert die Leistung, Anerkennung und Zufriedenheit.

Musiker und Sänger werden den Aufbau und das Stärken der Zwerchfellmuskulatur als auch die Festigung der Brustmuskulatur spüren.

## Pflege

Gehen Sie sorgfältig mit dem Breath Builder um. Eine tägliche Reinigung mit lauwarmen Wasser und milder Seife ist empfehlenswert. Anschließend mit klarem, kalten Wasser auswaschen. Nach dem Abtrocknen des Äußen zum Trocknen legen. Danach an einem sicheren Ort aufbewahren.

Alle Teile sind zu reinigen. Für die Reinigung ist lediglich die obere Kappe leicht zu entfernen.

Leichtes Gewicht - Sie können den Atemtrainer überall mit hinnehmen und anwenden.

## Experten über den Breath Builder...

*„Ich habe den Breath Builder seit über zwei Jahren mit meinen Chören und Schülern für Gesangsstunden in Gebrauch. Ich stellte eine enorme Verbesserung in der Fähigkeit, ihre Atemkraft für ein effektiveres Singen zu nutzen, fest. Nicht nur ihre Atemkapazität hat sich verbessert, was man vermuten würde, auch ihre Klangfarbe. Die Entwicklung junger Sänger, welche Monate in Anspruch nahm, kann auf wenige Wochen reduziert werden, wenn sie konsequent mit dem Breath Builder arbeiten. Es ist bereits Standard-Ausstattung für eine Mitgliedschaft in meinen Chören.“*

*Ein gewinnbringender Nutzen ist, dass sich ein gesunder Konkurrenzkampf zwischen den Gesangsschülern entwickelt hat, um festzustellen, wer die fortgeschrittenste Atemtechnik hat. Meine Schüler führten improvisierte Wettbewerbe in eigenen Reihen durch, um verschiedene Aspekte des Atmens mit dem Breath Builder zu testen.*

*Wir nutzen den Atemtrainer mindestens dreimal die Woche als Aufwärmphase und setzen ihn während der Probe sinnvoll ein, wenn wir eine klangvollere Stimme, betontere Akzente und schnellere Atemzüge zwischen den Sätzen erzielen wollen. Einer der bedeutendsten Vorteile ist der außerordentlich verbesserte Tonklang. Ich konnte einen guten Ton beschreiben, es demonstrieren und mir wünschen, dass es funktionierte, aber wenn meine Schüler nicht exakt ihre Atemenergie nutzten, war ich mit dem Ergebnis nicht zufrieden. Der Breath Builder setzt dies schneller um. Atmen ist die Grundlage des Singens und der Gebrauch des Breath Builders ist die beste Möglichkeit es zu lernen.“*

Dr. Mark Henderson

Director of Choral Activities, Weber State College, Ogden Utah, President-Elect of Utah ACDA

## Musiker und Sänger profitieren von dem Breath Builder