

Inhaltsverzeichnis

Vorab	7
Talent und Training	7
Deine Performance	8
Performance und Inspiration.....	8
Selbst aktiv werden.....	9
Performancestruktur	9
Dein Profil	11
Künstlerpersönlichkeit entwickeln	11
Mythos	12
Message.....	12
Outfit und Styling finden	13
Eigener Stil – wie werde ich gesehen?.....	15
Vocalstyle festlegen	15
Sonic Personality	15
Die eigene Stimme entwickeln	16
Songs aneignen	17
Lage	17
Tempo und Taktart	17
Phrasierung	18
Schleifen und Fills	18
Bewegungsrepertoire erarbeiten	19
Was der Körper ausdrückt	20
Persönliche Bewegung	21
Bewegung im Ausdruck.....	21
Bewegungsrepertoire und Songausdruck.....	22
Mimik.....	23
Persönliche Ausstrahlung.....	23
Praktische Übungen	24
Übung: Die eigene Künstlerpersönlichkeit entwickeln	24
Übung: Songarbeit mit eigenem Bewegungsrepertoire.....	25
Deine Show	26
Lampenfieber überwinden	26
Publikum	29
Künstler-Publikums-Beziehung.....	29
Offener Blickkontakt.....	30
Ansagen gestalten	30
Drei Arten der Songansage	31
Intro zum Song.....	32
Dank	32

Bühne und Raum nutzen	33
Bühnenräume.....	33
Bühnenebenen.....	34
Publikumsräume.....	35
Publikumsebenen.....	35
Bühne und Publikum.....	37
Bühne und Bandaufbau.....	40
Eigenheiten der Bühne nutzen.....	40
Bewegung auf der Bühne	41
Posen.....	42
Das Stativ.....	43
Beinarbeit in den Posen.....	43
Praktische Übungen	44
Übung: Songansagen gestalten.....	44
Übung: Performance mit Posen.....	45
Die Show dramaturgisch gestalten	46
Motto der Show.....	46
Die Bühne in der Show.....	47
Vocals auf die Show abstimmen	48
Lyrics und Gesang.....	48
Text vergessen.....	48
Pannen integrieren.....	49
Dramaturgie der Show.....	50
Show-Setlist und Gesangsperformance.....	51
Stimmliche Kapazitäten.....	53
Bewegung in der Show	53
Bewegungsdynamik.....	53
Gehen zum Beat.....	54
Bewegung und Songchoreografie.....	55
Bewegungsdramaturgie.....	56
Bewegungen zum Solo.....	56
Bewegungsperformance in der Praxis.....	57
Das Publikum animieren	58
Ansagen in der Show.....	59
Interaktion mit dem Publikum.....	60
Bewegung zum Publikum.....	61
Bewegungsrepertoire und Animation.....	62
Praktische Übungen	64
Übung: Eigene Bewegungsperformance entwickeln.....	64
Übung: Publikumsanimation trainieren.....	65
Technik optimal einsetzen	66
Das Mikro – Instrument des Sängers.....	66
Mikrotechnik.....	67
Monitoring.....	68

In-Ear-Monitoring	69
Dramatisches Licht	69
Das Konzert vorbereiten	70
Stressabbau	70
Show-Checkliste	70
Das Feiern der Entspannung.....	71
Dein Trainingsprogramm	72
Praxis und effektives Training	72
Anleitung zum Trainingsprogramm.....	73
Warm-up	74
Übung 01 Warm-up-Training – Die Blumenübung	74
Übung 02 Warm-up-Training – Über-Kreuz-Dehnen.....	75
Übung 03 Warm-up-Training – Lockerung der Gelenke	76
Übung 04 Warm-up-Training – Ausschütteln	77
Übung 05 Warm-up-Training – Körperintegration	78
Gesang	79
Übung 06 Gesangstraining – Warm-singen.....	79
Übung 07 Gesangstraining – Mikrotechnik.....	80
Übung 08 Gesangstraining – Songs lernen	81
Übung 09 Gesangstraining – Songinterpretation.....	82
Übung 10 Gesangstraining – Publikumskontakt.....	83
Bewegung	84
Übung 11 Bewegungstraining – In-Time-Sidesteps	84
Übung 12 Bewegungstraining – In-Time-Walk	85
Übung 13 Bewegungstraining – In-Time- und Half-Time-Walk	86
Übung 14 Bewegungstraining – Bewegungsrepertoire	87
Übung 15 Bewegungstraining – Organische Bewegung	88
Emotion und Performance	89
Übung 16 Emotionstraining – Bewegungsintuition	89
Übung 17 Emotionstraining – Bewegungsakzente	90
Übung 18 Performancetraining – Lyrics-Support	91
Übung 19 Performancetraining – Die Posen.....	92
Übung 20 Performancetraining – Die Stativarbeit.....	93
Show	94
Übung 21 Showtraining – Der Raum-Weg	94
Übung 22 Showtraining – Die Songchoreografie.....	95
Übung 23 Showtraining – Die Songansage	96
Übung 24 Showtraining – Das Frowny-Training.....	97
Übung 25 Showtraining – Lampenfieberabbau	98
Performancelexikon	99
Über die Autoren	106