



Mentales Training für Musiker: Leichter lernen - sicherer auftreten

Renate Klöppel

 **Download**

 **Online Lesen**

Mentales Training für Musiker: Leichter lernen - sicherer auftreten Renate Klöppel

Musikliteratur

 [Download Mentales Training für Musiker: Leichter lernen - siehe ...pdf](#)

 [Read Online Mentales Training für Musiker: Leichter lernen - sic ...pdf](#)

Mentales Training für Musiker: Leichter lernen - sicherer auftreten

Renate Klöppel

Mentales Training für Musiker: Leichter lernen - sicherer auftreten Renate Klöppel

Musikliteratur

Downloaden und kostenlos lesen Mentales Training für Musiker: Leichter lernen - sicherer auftreten Renate Klöppel

176 Seiten

Kurzbeschreibung

Bestellnummer BE 2444

Was bei Sportlern schon seit langem wie selbstverständlich zum Training gehört, setzt sich bei Musikern erst langsam durch: Mentales Training als ein Weg zum konzentrierten Üben und Lernen von Bewegungen, Klängen und Rhythmen. Renate Klöppel, die erfahrene Ärztin und Musiklehrerin, hat ihre Erfahrungen mit dem Mentalen Training in einem leicht verständlichen und praktisch gut nutzbaren Buch zusammengestellt. Zwei gleichberechtigte Schwerpunkte hat es: zum einen die Darstellung von Mentalem Training als neue Übetchnik zum leichten und sicheren Lernen von Musizierbewegungen und komplexen musikalischen wie rhythmischen Sachverhalten, zum anderen den Abbau von Vorspielängsten mit dem Ziel, Sicherheit und Selbstvertrauen in Prüfungs- und Konzertsituationen zu erlangen. Musikern aller Instrumente und Sängern ist mit diesem Buch eine gute Anleitung an die Hand gegeben, wie man sich schon im Vorfeld von *kritischen* Auftritten mit seinen eigenen Ängsten und Befürchtungen auseinandersetzen kann. Es sollte seinen festen Platz nahe dem Notenregal finden. Kurztext Was im Leistungssport schon lange fast selbstverständlich zum Trainingsprogramm gehört, hat inzwischen auch Einzug in Übezimmer und Künstlergarderoben gehalten: das *Mentale Training*. Gedankliches Üben und Bewusstmachen musikalischer und körperlicher Abläufe ermöglichen effektiver zu üben, die musikalischen Fähigkeiten weiter zu entwickeln und Verspannungen zu vermeiden. Die zahlreichen praktischen Übungen in diesem Buch helfen auch, vor Konzerten und Prüfungen Aufregung und Lampenfieber zu beherrschen.

Download and Read Online Mentales Training für Musiker: Leichter lernen - sicherer auftreten Renate Klöppel #BMGHA0V645P

Lesen Sie Mentales Training für Musiker: Leichter lernen - sicherer auftreten von Renate Klöppel für online ebook
Mentales Training für Musiker: Leichter lernen - sicherer auftreten von Renate Klöppel Kostenlose PDF d0wnl0ad, Hörbücher, Bücher zu lesen, gute Bücher zu lesen, billige Bücher, gute Bücher, Online-Bücher, Bücher online, Buchbesprechungen epub, Bücher lesen online, Bücher online zu lesen, Online-Bibliothek, greatbooks zu lesen, PDF Beste Bücher zu lesen, Top-Bücher zu lesen Mentales Training für Musiker: Leichter lernen - sicherer auftreten von Renate Klöppel Bücher online zu lesen. Online Mentales Training für Musiker: Leichter lernen - sicherer auftreten von Renate Klöppel ebook PDF herunterladen
Mentales Training für Musiker: Leichter lernen - sicherer auftreten von Renate Klöppel Doc
Mentales Training für Musiker: Leichter lernen - sicherer auftreten von Renate Klöppel Mobipocket
Mentales Training für Musiker: Leichter lernen - sicherer auftreten von Renate Klöppel EPub