|  |
| --- |
| Durch die richtige Atemtechnik kannst du Überanstrengung beim Singen vorbeugen. Um diese zu üben, lege deine Hand auf den Bauch.  Achte darauf, dass deine Schultern entspannt sind und du dich nicht verkrampfst. Atme tief ein. Wenn sich deine Bauchdecke hebt, machst du es richtig. |
| Durch die richtige Atemtechnik kannst du Überanstrengung beim Singen vorbeugen. Um diese zu üben, lege deine Hand auf den Bauch.  Achte darauf, dass deine Schultern entspannt sind und du dich nicht verkrampfst. Atme tief ein. Wenn sich deine Bauchdecke hebt, machst du es richtig. |
| Durch die richtige Atemtechnik kannst du Überanstrengung beim Singen vorbeugen. Um diese zu üben, lege deine Hand auf den Bauch.  Achte darauf, dass deine Schultern entspannt sind und du dich nicht verkrampfst. Atme tief ein. Wenn sich deine Bauchdecke hebt, machst du es richtig. |
| Durch die richtige Atemtechnik kannst du Überanstrengung beim Singen vorbeugen. Um diese zu üben, lege deine Hand auf den Bauch.  Achte darauf, dass deine Schultern entspannt sind und du dich nicht verkrampfst. Atme tief ein. Wenn sich deine Bauchdecke hebt, machst du es richtig. |
| Durch die richtige Atemtechnik kannst du Überanstrengung beim Singen vorbeugen. Um diese zu üben, lege deine Hand auf den Bauch.  Achte darauf, dass deine Schultern entspannt sind und du dich nicht verkrampfst. Atme tief ein. Wenn sich deine Bauchdecke hebt, machst du es richtig. |
| Durch die richtige Atemtechnik kannst du Überanstrengung beim Singen vorbeugen. Um diese zu üben, lege deine Hand auf den Bauch.  Achte darauf, dass deine Schultern entspannt sind und du dich nicht verkrampfst. Atme tief ein. Wenn sich deine Bauchdecke hebt, machst du es richtig. |
| Durch die richtige Atemtechnik kannst du Überanstrengung beim Singen vorbeugen. Um diese zu üben, lege deine Hand auf den Bauch.  Achte darauf, dass deine Schultern entspannt sind und du dich nicht verkrampfst. Atme tief ein. Wenn sich deine Bauchdecke hebt, machst du es richtig. |
| Durch die richtige Atemtechnik kannst du Überanstrengung beim Singen vorbeugen. Um diese zu üben, lege deine Hand auf den Bauch.  Achte darauf, dass deine Schultern entspannt sind und du dich nicht verkrampfst. Atme tief ein. Wenn sich deine Bauchdecke hebt, machst du es richtig. |
| Durch die richtige Atemtechnik kannst du Überanstrengung beim Singen vorbeugen. Um diese zu üben, lege deine Hand auf den Bauch.  Achte darauf, dass deine Schultern entspannt sind und du dich nicht verkrampfst. Atme tief ein. Wenn sich deine Bauchdecke hebt, machst du es richtig. |
| Durch die richtige Atemtechnik kannst du Überanstrengung beim Singen vorbeugen. Um diese zu üben, lege deine Hand auf den Bauch.  Achte darauf, dass deine Schultern entspannt sind und du dich nicht verkrampfst. Atme tief ein. Wenn sich deine Bauchdecke hebt, machst du es richtig. |
| Durch die richtige Atemtechnik kannst du Überanstrengung beim Singen vorbeugen. Um diese zu üben, lege deine Hand auf den Bauch.  Achte darauf, dass deine Schultern entspannt sind und du dich nicht verkrampfst. Atme tief ein. Wenn sich deine Bauchdecke hebt, machst du es richtig. |
| Durch die richtige Atemtechnik kannst du Überanstrengung beim Singen vorbeugen. Um diese zu üben, lege deine Hand auf den Bauch.  Achte darauf, dass deine Schultern entspannt sind und du dich nicht verkrampfst. Atme tief ein. Wenn sich deine Bauchdecke hebt, machst du es richtig. |
| Durch die richtige Atemtechnik kannst du Überanstrengung beim Singen vorbeugen. Um diese zu üben, lege deine Hand auf den Bauch.  Achte darauf, dass deine Schultern entspannt sind und du dich nicht verkrampfst. Atme tief ein. Wenn sich deine Bauchdecke hebt, machst du es richtig. |
| Durch die richtige Atemtechnik kannst du Überanstrengung beim Singen vorbeugen. Um diese zu üben, lege deine Hand auf den Bauch.  Achte darauf, dass deine Schultern entspannt sind und du dich nicht verkrampfst. Atme tief ein. Wenn sich deine Bauchdecke hebt, machst du es richtig. |
| Durch die richtige Atemtechnik kannst du Überanstrengung beim Singen vorbeugen. Um diese zu üben, lege deine Hand auf den Bauch.  Achte darauf, dass deine Schultern entspannt sind und du dich nicht verkrampfst. Atme tief ein. Wenn sich deine Bauchdecke hebt, machst du es richtig. |