

Name \_\_\_\_\_

Date \_\_\_\_\_

## TIERISCHE TECHNIK – SPINNE



Eine sehr gute Übung  
für flexible rechte Hand.  
Nur für den Bogen.



Gebraucht werden: Bogen und Timer



1. Geigen- bzw. Bratschenbogen senkrecht halten.
2. Die Übung gerne im Schneidersitz durchführen um Folgen der Unfälle zu vermeiden.
3. Die Zahl der Wiederholungen langsam steigern, nicht länger als 3 Minuten dranbleiben

Der Bogen wird am Frosch sehr leicht gehalten und nun krabbelt die Hand entlang der Bogenstange gen Bogenspitze. Achte darauf, dass die Stange nicht durch die Finger durchrutscht. Nun wenn die Spinne schon das Ziel erreicht hatte, darf sie gerne wieder runter zum Frosch.

### **Profivariante:**

Den Bogen auf die Saiten legen,  
jetzt auf die Plätze los. Nun wird es gekrabbelt.

Zu leicht?

Jetzt versuche es, gleichzeitig zu krabbeln  
und den Bogen zu streichen.

Viel Spaß, bei der ersten Aufgabe.

