

Statements	4
Vorwort	6
Warum Gesangscoaching?	8
1 STIMME ENTFALTEN	10
<hr/>	
Körper	13
Der optimale Stand	14
Die richtige Körperspannung	15
Atmung	16
Die Atmung als Motor	16
Richtig stützen ➔	18
Töne und Klang	20
Resonanz	20
Bilder für einen wirkungsvollen Stimmklang ➔	22
Die richtige Intonation ➔	24
Klang optimieren durch Artikulation ➔	28
Aussprache – deutsche Phonetik ➔	32
Klangträger Vokale ➔	36
Das Warm-up ➔	38
Weiterführende Übungen ➔	40
Aller Anfang ...	46
2 PERSÖNLICHKEIT STÄRKEN	48
<hr/>	
Einführung ➔	50
Authentisch sein ➔	54
Sich kennen lernen ➔	56
Sich annehmen lernen ➔	58
Deine Vergangenheit – ein Teil von dir	62
3 VON VORBILDERN LERNEN	64
<hr/>	
Lass dich inspirieren ➔	66

4 ALLES IM EINKLANG	70
Stimme, Persönlichkeit und Vorbilder	72
5 INTERPRETATION	74
Vertraut werden mit deinem Lied ►	76
6 BÜHNNENPRÄSENZ	86
Blickkontakt	89
Körpersprache	90
Das richtige Bühnenoutfit ►	92
Tipps für ein bühnenwirksames Styling ►	93
Umgang mit Lampenfieber ►	96
Der Auftritt ►	98
7 ERSTE HILFE FÜR DIE STIMME	100
Vorbeugen ist die beste Medizin	102
Schnelle Hilfe bei akuten Problemen ►	103
8 MUSIK MACHT GESUND	106
Musik – Heilmittel für Körper und Seele	108
Schlussgedanken	116
Nachwort	117
Danke	118
Audiodateien ►	120
Endnoten	121
Literaturangaben und weiterführende Literatur	122
Über den Illustrator	124
Über die Autorin	126