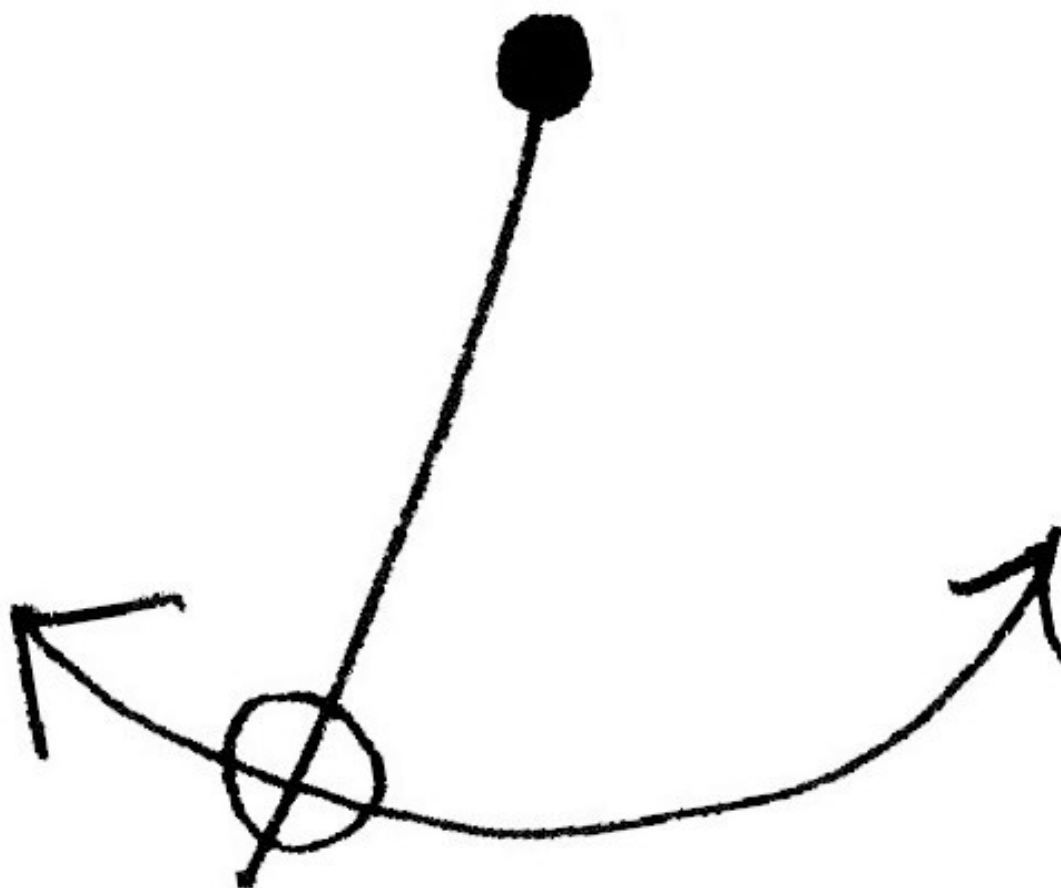


PENDULMETODEN

Til alle jer, der gerne vil vide, hvordan man tilegner sig
en smidig og stærk klaverteknik



PENDULMETODEN

© Jacob Græsholt
jacobpianonerd.com

Indholdsfortegnelse

1. Hvad er Pendulmetoden	6
2. Om Pendulmetodens tilblivelse	7
3. En kort introduktion til Pendulmetoden De fem øvelseskategorier	8
4. At øve hurtigt langsomt/Overdrivelsesmetoden	9
5. En kort redegørelse for ordkreativitet	10
6. Passive strækøvelser	10
7. Aktive stræk- og bøjningsøvelser Det stærkeste aktive fingerstræk Den stærkeste aktive fingerbøjning Klaverteknikkens to yderpositioner og deres indbyrdes forhold Afløsningsøvelsen	13
8. Et par supplerende opvarmningsøvelser Håndledsvibration Skulder- albue- og håndledsfrigørelse	16
9. Intensiv brug af klaverøvelserne Den kortvarige, intensive og samlende ($\rightarrow\leftarrow$) spænding Den kortvarige, intensive og spredende ($\leftarrow\rightarrow$) spænding Et rum med fire vægge, gulv og loft Den bedste udførelse af øvelserne De forskellige øvelsesversioner fra hyperlegato til staccato De forskellige grader af kropsvægt i teknikken	18
10. Kropsholdning før og under klaverspillet Basisstilling En særligt effektiv forøvelse Krydskravling	23
11. Et morgenritual	25
12. Siddestilling ved klaveret og Øvestillingen	26
13. Og så en advarsel og overvejelse	27
14. Et par gode råd om at oparbejde en god kropsholdning på en nemmere måde	28
15. Lidt om stofmængde og tidsøkonomi	28
16. Et lille debatindlæg	29
17. Og til sidst	29

Øvelsessamlingen

Legato oktav og deraf afledte øvelser

Legato oktav I	30
Legato oktav II	31
Legato 1.-3. finger over 5. finger	32
Legato 1.-5. finger under 3. finger	33
Legato 3.-5. finger over 1. finger	34
Legato oktav I, små hænder	35
Legato oktav II, små hænder	36
Legato 1.-3. finger over 5. finger, små hænder	37
Legato 1.-5. finger under 3. finger, små hænder	38
Legato 3.-5. finger over 1. finger, små hænder	39

Artikuleret oktav og deraf afledte øvelser

Artikuleret oktav I	40
Artikuleret oktav II	42
Artikuleret 1.-3. finger over 5. finger	44
Artikuleret 1.-5. finger under 3. finger	46
Artikuleret 3.-5. finger over 1. finger	48
Artikuleret oktav I, små hænder	50
Artikuleret oktav II, små hænder	52
Artikuleret 1.-3. finger over 5. finger, små hænder	54
Artikuleret 1.-5. finger under 3. finger, små hænder	56
Artikuleret 3.-5. finger over 1. finger, små hænder	58

Legato undersætning

Legato undersætning, 2.-3. finger	60
Legato undersætning, 2.-4. finger	61
Legato undersætning, 2.-5. finger	62
Legato undersætning, 3.-4. finger	63
Legato undersætning, 3.-5. finger	64
Legato undersætning, 4.-5. finger	65
Legato undersætning, dobbeltgreb I	66
Legato undersætning, dobbeltgreb II	67
Legato undersætning, dobbeltgreb III	68
Legato undersætning, små hænder, 2.-3. finger	69
Legato undersætning, små hænder, 2.-4. finger	70
Legato undersætning, små hænder, 2.-5. finger	71
Legato undersætning, små hænder, 3.-4. finger	72
Legato undersætning, små hænder, 3.-5. finger	73
Legato undersætning, små hænder, 4.-5. finger	74
Legato undersætning, små hænder, dobbeltgreb I	75
Legato undersætning, små hænder, dobbeltgreb II	76

Legato undersætning, små hænder, dobbeltgreb III	77
<u>Artikuleret undersætning</u>	
Artikuleret undersætning, 2.-3. finger	78
Artikuleret undersætning, 2.-4. finger	80
Artikuleret undersætning, 2.-5. finger	82
Artikuleret undersætning, 3.-4. finger	84
Artikuleret undersætning, 3.-5. finger	86
Artikuleret undersætning, 4.-5. finger	88
Artikuleret undersætning, dobbeltgreb I	90
Artikuleret undersætning, dobbeltgreb II	92
Artikuleret undersætning, dobbeltgreb III	94
Artikuleret undersætning, små hænder, 2.-3. finger	96
Artikuleret undersætning, små hænder, 2.-4. finger	98
Artikuleret undersætning, små hænder, 2.-5. finger	100
Artikuleret undersætning, små hænder, 3.-4. finger	102
Artikuleret undersætning, små hænder, 3.-5. finger	104
Artikuleret undersætning, små hænder, 4.-5. finger	106
Artikuleret undersætning, små hænder, dobbeltgreb I	108
Artikuleret undersætning, små hænder, dobbeltgreb II	110
Artikuleret undersætning, små hænder, dobbeltgreb III	112
<u>Legato oversætning</u>	
Legato oversætning, 2.-3. finger	114
Legato oversætning, 2.-4. finger	115
Legato oversætning, 2.-5. finger	116
Legato oversætning, 3.-4. finger	117
Legato oversætning, 3.-5. finger	118
Legato oversætning, 4.-5. finger	119
Legato oversætning, dobbeltgreb I	120
Legato oversætning, dobbeltgreb II	121
Legato oversætning, dobbeltgreb III	122
<u>Artikuleret oversætning</u>	
Artikuleret oversætning, 2.-3. finger	124
Artikuleret oversætning, 2.-4. finger	126
Artikuleret oversætning, 2.-5. finger	128
Artikuleret oversætning, 3.-4. finger	130
Artikuleret oversætning, 3.-5. finger	132
Artikuleret oversætning, 4.-5. finger	134
Artikuleret oversætning, dobbeltgreb I	136
Artikuleret oversætning, dobbeltgreb II	138
Artikuleret oversætning, dobbeltgreb III	140

PENDULMETODEN

Hvordan kan det lade sig gøre at opnå en tilfredsstillende klaverteknik?

Det kan det, hvis man er heldig som barn at få undervisning af en dygtig og teknisk bevidst klaverlærer eller selv har talent for sunde og velfungerende bevægelser!

Hvad så hvis man ikke er så heldig eller talentfuld? Er det da muligt at omlægge en mangelfuld klaverteknik?

Ja det er det, — men det er en proces, som kræver vilje, viden og vedholdenhed.

Flid medfører ikke tilfredsstillende resultater, hvis man øver med mangelfulde forudsætninger. Øver man derimod ud fra gunstige forudsætninger, vil resultaterne opstå ved flid.

I min ungdom havde jeg en vision om, at kunne man uden usædvanlig musikalsk begavelse tilegne sig en teknik, som fungerede ligeså pålideligt og ubesværet som den, musikalske talenter har, ville den sikkerhed, som den velfungerende teknik giver, virke tilbage på sin ejer og frigive hele det musikalske potentiale, som tidligere blev blokeret. Det vil sige, at en forløst teknik ville forløse den, der havde tilegnet sig den. Jeg spiller som musiker i dag meget friere end tidligere pga. den teknik, *Pendulmetoden* har givet mig.

Denne øvelsessamling giver adgang til klaverteknisk struktur og viden både for unge pianister på vej op og for erfarne pianister, som er frustrerede over at have mangler i deres teknik. Under alle omstændigheder er det klart, at jo tidligere en god klaverteknik grundlægges, desto nemmere er den at tilegne sig, og desto færre mangler vil der være behov for at udbedre.

Hvis teknikken ikke kommer af sig selv, må man udføre øvelser.

At mangle teknisk sikkerhed er som at vandre i en mose.

Det er ikke altid de største talenter, der når længst.

Knæk koden til klaverteknik 20 minutter om dagen.

1. Hvad er Pendulmetoden?

Pendulmetoden er et øvelsessystem, jeg har sammensat dels ved at tilpasse kendte øvelsestyper dels ved selv at udtænke andre. Jeg har givet systemet navn efter den gennemgående ide, at alle øvelserne uden undtagelse udføres i en vekslen mellem et stræk og en bøjning fra side til side ligesom et pendul, da denne stadige bevægelse umuliggør fiksering. Nogen vil måske frygte, at denne fremgangsmåde vil resultere i en urolig og gyngende teknik, — den resulterer tværtimod i en rolig, stærk og smidig teknik, fjerner overflødige bevægelser og modarbejder tilsyring.

Pendulmetoden rummer desuden nogle forberedende manøvrer, *aktive stræk- og bøjningsøvelser*, som skærper forudsætningerne for en intensiv udnyttelse af øvelsernes muligheder ved træning af det

stærkeste stræk og den stærkeste bøjning, det kan lade sig gøre for hånd- og fingermuskulaturen at præstere.

Tilegner man sig *Pendulmetoden*, tilegner man sig et klaverspil, der aldrig er slapt eller stift men derimod altid stærkt og smidigt. I denne vekslen mellem stræk og bøjning og på vejen fra den ene bevægelse til den anden aktiveres et betinget refleks af balance mellem spænding og afspænding, og her, mellem stræk og bøjning og mellem spænding og afspænding findes klaverteknikken.

2. Om Pendulmetodens tilblivelse

Nogle musikere har tilsyneladende den gave at kunne spille med selvfølgelig velklang, autoritet og energi, som gør, at vi som tilhørere oplever et bagvedliggende: "Ja, sådan skal det være." Og nogle musikere spiller med en kontakt med deres instrument, som får andre til at spørge:

"Hvordan kan dette lade sig gøre, hvordan kan de spille med en sådan behændighed, hurtighed og kraft uden at stivne?" Hvordan kunne Vladimir Horowitz spille med så enormt teknisk overskud og så radikale bevægelser? Hvordan spiller man klaver, altså bruger fingre, hænder og krop, så klaverspillet bliver smukt, kraftfuldt og nuanceret mellem legato, staccato, non legato, med passagespil, dobbeltgreb, oktaver og så videre?

Når jeg har spurgt klaverlærere, pianister eller medstuderende om, hvad klaverteknik er, har jeg af nogle fået det råd at øve skalaer, tre- og firklange, oktaver og tertser fra forskellige samlinger, i særdeleshed af Brahms, Cortot eller Hanon, eller bare at spille frit fra leveren og samtidig tænke så lidt som muligt på teknik. Andre (de fleste) har ikke brudt sig om at tale om klaverteknik, — muligvis fordi det ville kunne føles som at blotte en usikkerhed, det ville være ubehageligt for dem at erkende, og måske fordi færdigheder, de anvender ubevidst, kunne blive usikre, hvis der blev sat spørgsmålstejn ved dem.

Dette har ofte forvirret mig, og jeg har stået tilbage uden brugbare svar på mine spørgsmål og har måttet gruble videre. Det har ført til, at jeg selv har fundet løsninger på tekniske vanskeligheder i mit klaverspil.

Allerede da jeg var barn og ung, var det en afgørende inspiration for mig at kende organisten (og pianisten) Flemming Dreisig. Han er en virtuos og velrenommeret organist, der blandt andet har været domorganist i København og orgelprofessor ved Det Kgl. Danske Musikkonservatorium. Som barn havde han, i en afgørende periode, haft den navnkundige pianist, professor og læge Victor Schiøler som klaverlærer. Af Victor Schiøler var Flemming Dreisig blevet grundigt instrueret i et skalakursus, der blev et stærkt fundament for hans store tekniske formåen som pianist og organist. Mødet med Flemming Dreisig overbeviste mig om, at det er muligt at udvikle klaverteknik ved indsigt og øvelser.

Med denne øvelsessamling er det min hensigt at gøre de løsninger, jeg har fundet på tekniske vanskeligheder i mit klaverspil, tilgængelige for enhver, der kan bruge dem som en hjælp til at blive en glad pianist (organist eller cembalist?), med et tilstrækkeligt grundlag for at løse de tekniske udfordringer, enhver pianist vil møde i sin udvikling.

I det følgende kan der være emner eller fremgangsmåder, som vil vække berettiget undren hos læsere med kendskab til klaverspil, eller bare med kritisk sans, eftersom materialet indeholder flere utraditionelle metoder og pointer. Det er imidlertid min erfaring, at de virker. Begynd med udføre øvelserne, som de er skrevet. Det kan i sig selv give betragtelig gevinst. Arbejd herefter på den fordybelse, som forberedelses- og intensiveringsstrategierne i dette materiale byder på.

I øvrigt vil jeg indrømme, at en del forklaringer og formuleringer i dette materiale er omstændelige og klodsede. Én af grundene til det er, at jeg har forsøgt at gøre teksten så umisforståelig som muligt.

3. En kort introduktion til Pendulmetoden

Pendulmetoden består af fem øvelseskategorier. Har man først tilegnet sig én af øvelserne fra hver af de fem kategorier i både legatoversionen og den artikulerede version, er resten af øvelserne nemme at lære. Det er vigtigt at læse og indstudere øvelserne, som man f.eks. også læser og indstuderer en fuga af J.S. Bach, hvor alle node- og pauseværdier har betydning. En omhyggelig indstudering vil overflødig gøre mange spørgsmål om og forklaringer på, hvordan øvelserne skal udføres. Alle fingersætninger skal overholdes, hvis man vil have mest muligt ud af øvelserne, da det er en bevidst pointe i øvelserne at træne alle mulige fingersætningskombinationer.

De fem øvelseskategorier

Én kategori af skalaøvelser, som træner undersætning.

Én kategori af skalaøvelser, som træner oversætning.

Én kategori af dobbeltgrebsøvelser, som træner undersætning.

Én kategori af dobbeltgrebsøvelser, som træner oversætning.

Én kategori, som træner oktavspil og deraf afledte øvelser.

Hver kategori er igen opdelt i en legatoversion og en artikuleret version.

Som tidligere nævnt er alle øvelserne udformet sådan, at fingre, hænder og håndled hele tiden bevæger sig fra side til side som et pendul. Dette medfører, at muskulaturen på samme tid styrkes og afspændes, idet den skal præstere en betydelig fysisk indsats for at gennemføre øvelserne, men samtidig undgår fiksering ved den sidelæns pendulerende bevægelse. Herved opstår en betinget refleks af balance mellem spænding og afspænding, som er grundlaget for et nuanceret og velklingende klaverspil.

Indtil man har vænnet sig til øvelserne, kan udførelsen af dem medføre træthed og ømhed i musklerne, ligesom det er tilfældet ved uvant havearbejde eller forskellige typer motion.

Accenterne på optakten er bevidste. De skaber fremdrift i fraseringen og forårsager dermed en gunstig fraserings- og energirefleks både i udførelsen af øvelserne og i det efterfølgende klaverspil. Øvelserne er tilpasset mine egne hænder, som hverken er særligt store eller små. Vil man tilegne sig øvelserne, bør man bruge sin fantasi og kreativitet, og det kan være nødvendigt at tilpasse den enkelte øvelse til mindre eller større hænder. Brugeren bør altså ikke holde sig tilbage fra at skrive ændringer eller kommentarer i øvelserne til personligt brug. Man skal dog være opmærksom på,

at alle øvelserne uden undtagelse er udviklet til udførelse på de hvide tangenter, da det giver en mere grundlæggende frihed til at gå ud i klaverteknikkens yderpositioner, end det giver i øvelser, hvor de sorte tangenter også tages i brug. Øvelserne er kun udviklet til at løse tekniske problemer og har derfor kun stiliseret musikalsk eller æstetisk indhold.

Man kan bruge øvelserne én ad gangen og senere i kombination med en eller flere fra de andre kategorier, f.eks. én oktavøvelse, legato/artikuleret — én undersætningsøvelse, legato/artikuleret — én oversætningsøvelse, legato/artikuleret.

Man bliver ikke en god pianist ved kun at tilegne sig og praktisere denne øvelsessamling. At udføre øvelserne skaber ganske vist en forudsætning for, at fingrene, hænderne og kroppen er parate til at klare klaverspillet forskellige tekniske udfordringer. Men ligesom man ikke kan tale og forstå et sprog bare ved at kunne udtale dette sprogs ord, opnår man ingen fornemmelse for musikkens og klaverspillet natur og nuancer, hvis man ikke tilegner sig repertoire fra klaverlitteraturen sideløbende med at man udvikler sin teknik.

4. At øve hurtigt langsomt/Overdrivelsesmetoden

Næsten alle musikere oplever et præstationspres ved at spille for et publikum, og det kræver derfor stor teknisk sikkerhed at gøre dette tilfredsstillende. Desuden kræver spil i hurtigt tempo større aktivitet af fingre, krop og hjerne end spil i langsomt tempo. Når man indøver repertoire i et langsomt tempo, kan man have en rar oplevelse af velvære, som ikke opbygger teknisk overskud nok til at kunne klare et præstationspres eller et hurtigere tempo. Dette tekniske overskud må man derfor sørge for at bygge op, når man har lært sin opgave nogenlunde at kende, endnu mens man øver langsomt. Man kan skabe dette overskud dels ved at øve uden pedal for ikke at sløre klangbilledet dels ved med næsten strakte arme i et langsomt tempo at øve med overdreven vægt, muskelkraft og artikulation i en volumen mellem mezzoforte og forte. Denne taktik igangsætter en større aktivitet i fingre og hænder, som muliggør et højere tempo, end det man øver i. Ved at bruge denne metode kan man opøve vanskelige eller hurtige passager i et langsomt tempo med overblik og uden stress for herefter at frigøre teknikken i et hurtigere tempo, og vejen til det sikre eller hurtige spil forkortes herved væsentligt. Det svarer til at spænde en fjeder for derefter at slippe den.

Denne indstuderingsstrategi er ikke ukendt, — jeg er selv blevet undervist i lignende fremgangsmåder af flere klaverlærere. Jeg har også flere gange kunnet observere fremragende pianister øve på lignende måder før en optræden.

Hvis opgaven stadigvæk yder modstand, kan man undertiden få stor hjælp ved at sætte tempoet op skridt for skridt med metronomen som lokomotiv. Man skal bare være opmærksom på hele tiden at vende tilbage til overdrivelsesmetoden i langsomt tempo indtil opgaven er blevet sikker og uden stress. Metoden er også meget velegnet til at vedligeholde og stabilisere en opgave, når den er indstuderet. I øvrigt er det også en god ide at sidde i *øvestilling* (beskrives senere) ved de langsomme metronomtempi for derefter at sidde i en utvungen (men dog rank) stilling i hurtigere tempi.

5. En kort redegørelse for ordkreativitet

I det følgende vil jeg bruge det selvkonstruerede ord "overfingre" flere gange om 2., 3., 4. og 5. finger. Dette gør jeg for at skelne imellem de forskellige og ofte hinanden modsatte roller overfingrene og tommelfingeren (underfingeren) har i forhold til hinanden i øvelserne og klaverspillet.

6. Passive strækøvelser

OBS: Personer med hypermobilitet bør overveje, om disse øvelser er gavnlige for dem.

1. Drej venstre hånd mod uret, så håndryggen vender nedad. Tag under venstre hånds håndryg fat omkring venstre hånds tommelfinger med højre hånds overfingre, og stem samtidig imod venstre hånds håndryg med højre hånds tommelfinger. Træk blidt, men efterhånden mere fast, venstre hånds tommelfinger i retning nedad og mod uret. Udfør den samme manøvre med alle venstre hånds overfingre. Disse strækøvelser bliver mere effektive, hvis man samtidig strækker venstre arm.



Udfør bagefter øvelsen spejlvendt, så venstre hånd strækker højre hånds fingre.

2. Drej venstre hånd med uret, så tommelfingeren peger mod venstre. Tag over venstre hånds håndflade fat omkring venstre hånds tommelfinger med højre hånds overfingre, og træk den blidt, men efterhånden mere fast, i retning opad og med uret. Udfør den samme manøvre med alle venstre hånds overfingre. Disse strækøvelser bliver mere gennemgribende, hvis man samtidig strækker venstre arm.



Udfør bagefter øvelsen spejlvendt, så venstre hånd strækker højre hånds fingre.



De *Passive strækøvelser* udføres som nævnt mere gennemgribende, hvis man samtidig strækker armene. De under punkt 1 beskrevne *Passive strækøvelser* kan således forstærkes på en bekvem og effektiv måde, ved at man i siddende stilling fører venstre hånd over højre lår og herefter lader håndledet hvile på låret og gennemfører øvelserne herfra. Ligesådan kan man udføre hele manøvren spejlvendt, ved at man fører højre hånd over venstre lår osv.

Ligeledes kan de under punkt 2 beskrevne *Passive strækøvelser* forstærkes, ved at man i siddende stilling fører venstre hånd over højre lår og lægger håndens bagside på knæet eller låret og gennemfører øvelserne herfra. Ligesådan kan man udføre hele manøvren spejlvendt, ved at man fører højre hånd over venstre lår osv.



Udfør som afslutning af de *Passive strækøvelser* en vridning af håndled og arme.

1. Stræk armene let, kryds underarmene og drej hænderne mod hinanden, så håndfladerne mødes i en omvendt håndfoldning.



2. Vend og løft de foldede hænder ind mod kroppen og lad så, mens albuerne stadig er spredte, underarmenes vægt tynde så langt ned som muligt.
3. Saml herefter albuerne og stræk armene så langt ned som muligt.
4. Gentag punkt 1, 2 og 3 med modsat krydsning, så den underarm der før var nærmest kroppen nu er fjernest.

7. Aktive stræk- og bøjningsøvelser

Håndstillingerne i de *aktive stræk- og bøjningsøvelser* er ekstreme, og den voldsomme spænding og fiksering, de forårsager i hånd- og fingermuskulaturen bør kun udføres kortvarigt for at undgå skader. De *aktive stræk- og bøjningsøvelser* er forberedende øvelser, som muliggør bevægelser og styrke som fordelagtige forudsætninger for at udføre dette materiales øvelser og for det praktiske klaverspil.

Det stærkeste aktive fingerstræk

1. Stræk fingrene og træk hånden så langt tilbage og op som muligt.



2. Før fingrene fremad til så strakt en tilstand som muligt, — overfingrene så de står i en skarp vinkel i forhold til den stadigvæk tilbagetrukne håndryg, — tommelfingeren så den peger frem og ind under håndfladen.



3. Træk tommelfingeren tilbage langs håndens side, så den yder en modspænding til de spændte, fremad strakte overfingre, — bøj håndleddet sidelæns udad (hånden sidelæns indad) og drej hånden med underarmen som akse så langt som muligt indad, højre mod uret, venstre med uret.

Den stærkeste aktive fingerbøjning

(led for led det modsatte af fingerstrækket)



1. Bøj hånden så langt frem og ned som muligt.

2. Træk fingrene tilbage til så kroget en tilstand som muligt, — overfingrene så de hvælver opad og tilbage i forhold til håndryggen, som stadigvæk er bøjet forover, — tommelfingeren så den trækkes tilbage langs håndens side.



3. Stræk tommelfingeren frem og ind under håndfladen, så der opstår en modspænding til de spændte, tilbagetrukne overfingre, — vrid håndledet sidelæns indad (hånden sidelæns udad) og drej hånden med underarmen som akse så langt som muligt indad, højre mod uret, venstre med uret.

Klaverteknikkens to yderpositioner og deres indbyrdes forhold

Aktive stræk- og bøjningsøvelser kan styrkes ved, at *det stærkeste aktive fingerstræk* suppleres med at strække armene, og ved, at *den stærkeste aktive fingerbøjning* suppleres med at bøje armene. Armstrækket udføres ved at strække armene sådan foran kroppen, at de skråner lidt nedad, ligesom man ville holde dem, når man spiller klaver. Når man gør det, er det vigtigt samtidigt at trække skuldrene tilbage, samle skulderbladene og trække dem ned, ligesom i den senere beskrevne *Basisstilling* og at huske at dreje hænderne med underarmene som akse så langt som muligt indad, højre mod uret, venstre med uret.

Armbøjningen udføres ved at bøje armene i albueleddet og vende dem ud til siden, idet albuerne føres lidt fremad og hænderne bagud. Også her er det vigtigt samtidigt at trække skuldrene tilbage, samle skulderbladene og trække dem ned, ligesom i den senere beskrevne *Basisstilling* og at huske at dreje hænderne med underarmene som akse så langt som muligt indad, højre mod uret, venstre med uret. Sammen med *den stærkeste aktive fingerbøjning* ligner dette betænkeligt et alvorligt tilfælde af gigt, men afløst af armstrækket med *det stærkeste aktive fingerstræk* er det styrkende og teknisk udviklende som forberedelse til organiske, smidige og stærke bevægelser i klaverspillet.

Afløsningsøvelsen

Når man har lært umiddelbart at kunne udføre *det stærkeste aktive fingerstræk* og *den stærkeste aktive fingerbøjning* med dertil hørende armstræk og armbøjning, kan man øve sig i langsomt at lade dem afløse hinanden i en glidende bevægelse under bibeholdelse af den størst mulige spænding. Denne koncentrerede spænding kan især holdes, når man er opmærksom på den flere gange nævnte indadgående drejning af hænderne med underarmene som akse.

Man kan udføre *Afløsningsøvelsen* i to forskellige versioner. En version, hvor man først strækker begge hænder og arme samtidigt, og derefter bøjer begge hænder og arme samtidigt, og en anden version, hvor man strækker højre hånd og arm, samtidigt med at man bøjer venstre hånd og arm og bagefter omvendt.



Denne manøvre træner smidighed og styrke på samme tid, idet spændingen i strækket opløses af spændingen i bøjningen og omvendt. *Afløsningsøvelsen* rummer meget vigtige dele af klaverteknikkens mulige bevægelser i langsom, stiliseret form og kan ses som et meget væsentligt udgangspunkt for alt, hvad man senere foretager sig ved klaveret. Øvelsen kan spare pianisten for megen overflødig famlen og teknisk uformåen ved klaveret. Praksis på klaviaturet er selvsagt anderledes. Det beskrives i afsnittet *Intensiv brug af klaverøvelserne*. Et stærkt fundament for en

intensiv og koncentreret udførelse af *Afløsningsøvelsen* finder man i *Basisstillingen* eller i *Øvestillingen*, som beskrives senere i afsnittet *Kropsholdning før og under klaverspillet* i underafsnittet *En særligt effektiv forøvelse*.

8. Et par supplerende opvarmningsøvelser

Håndledsvibration og *Skulder-, albue- og håndledsfrigørelse* er et par hurtige opvarmningsøvelser, som især kan bruges før oktavøvelserne, men også hvis man ikke har meget tid og gerne vil smidiggøre sine fingre og hænder hurtigt og nemt. De kan desuden afhjælpe spændinger i muskulaturen under øvearbejde.

Håndledsvibration

Læg håndleddet på en kant, en bordkant, et knæ, en kant på klaveret, flyglet eller lignende. Knyt hånden let, og start en langsom vekslen mellem at bøje hånden nedad og opad. Gør det gradvist hurtigere, indtil der opstår en slags vibration (faste, ikke slappe bevægelser). Denne vibration frisker hånd- og underarmsmuskulaturen op, da de to bevægelsesretningers forskellige spændingstilstande gensidigt opløser hinanden. En tilsvarende vibrationsøvelse kan man gøre fra side til side, hvis man placerer håndleddet vinkelret på en kant.



Skulder- albue- og håndledsfrigørelse

Sæt fingerspidserne på skuldrene og placer armene foran brystet med albuerne nedad. Sving albuerne kortvarigt fra side til side foran brystet. Sænk derefter underarmene så de peger frem i en vandret stilling, vinkelret på overarmene, og lad dem sammen med håndleddene og hænderne udgøre en akse, om hvilken der skiftevis roteres med og mod uret, således at håndryggen og håndfladen vender opad i hurtig afveksling. Disse kortvarige øvelser i arm- og albueschwung har en indlysende relevans, når man arbejder med brudte oktaver som f.eks. i Beethovens Pathetique-sonate, 1. sats, allegro-delen efter indledningen i venstre hånd.



9. Intensiv brug af klaverøvelserne

Klaverøvelserne pendulerer mellem indadgående ($\rightarrow\leftarrow$) og udadgående ($\leftarrow\rightarrow$) bevægelser mellem fingre, hænder og arme. De er udformet sådan, at det første slag i alle legatoøvelsernes takter forlænges som et kortvarigt holdepunkt for en intensiv spænding af fingre og hænder (angivet ved fermater i begyndelsen af alle legatoøvelserne), hver anden takt i en samlende fingerbevægelse ($\rightarrow\leftarrow$ (paradoksalt nok svarende til *det stærkeste aktive fingerstræk*)) og hver anden takt i en spredende fingerbevægelse ($\leftarrow\rightarrow$ (paradoksalt nok svarende til *den stærkeste aktive fingerbøjning*)). Pendulbevægelsen fra side til side, mellem stræk og bøjning og mellem samling og spredning har en åbenlys lighed med de tidligere beskrevne *aktive stræk- og bøjningsøvelser*.

Klaverteknikken findes, som tidligere nævnt, i strækket og bøjningen og på vejen fra den ene tilstand til den anden. Behersker man de to spændingstilstande og vejen imellem dem, bliver fiksering umulig, fordi de to forskellige spændingstilstande gensidigt opløser hinanden.

Beherskelsen af denne dynamik åbner for evnen til umiddelbart at gå ind og ud af spænding i klaverspillet, hvilket også åbner for en refleks af balance og fleksibilitet mellem spænding og smidighed. Har man tillært sig denne evne, og vedligeholder man den, vil ens klaverspil aldrig være slapt eller stift, men derimod altid stærkt og smidigt. Det er forudsætningen for at udvikle et formående og velklingende klaverspil.

Udførelsen af legatoøvelserne og de artikulerede øvelser har en naturlig polaritet: Legatoøvelserne, som er langsomme og kompakte, udføres med en stor spænding, som er nem at mobilisere, hvis man er fortrolig med spændingerne i yderpositionerne fra de *aktive stræk- og bøjningsøvelser*.

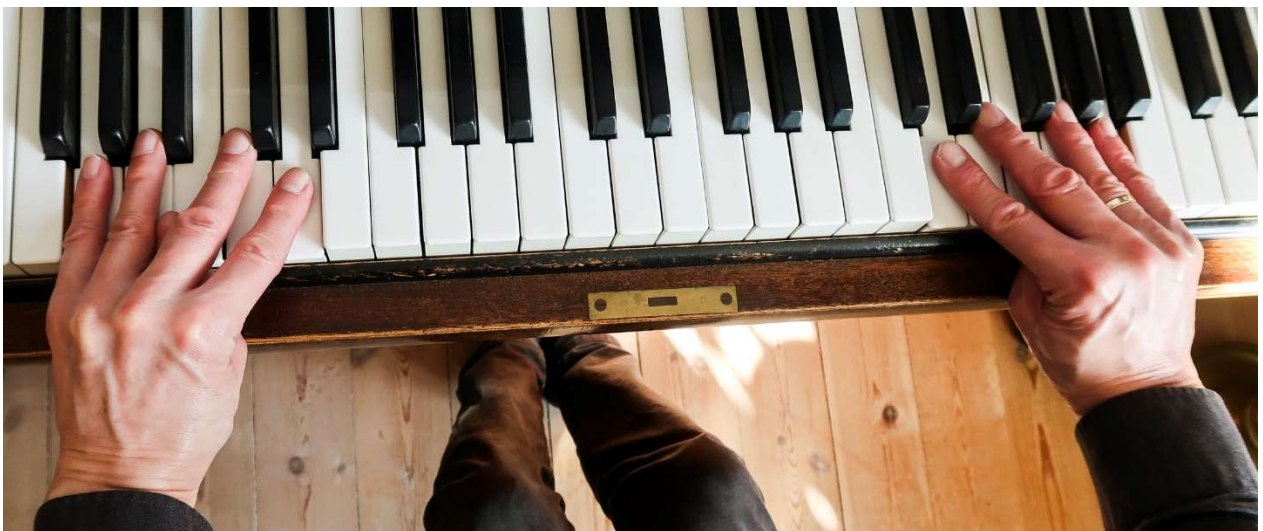
Omvendt kan de artikulerede øvelser ikke gennemføres uden i høj grad at slippe yderpositionernes spændinger. Beherskelsen af på den ene side legatoversioner og på den anden side artikulerede versioner af de enkelte øvelser medfører, at der åbnes for al teknisk differentiering af klaverspillet fra hyperlegato til staccato, dvs. hyperlegato, tone-til-tone-legato, artikuleret passagespil, portamento og staccato og alle grader mellem disse artikulationsformer.

Den kortvarige, intensive og samlende ($\rightarrow\leftarrow$) spænding

For at udføre denne spænding strækkes hånden og fingrene (som i *det aktive fingerstræks* 2. fase) og holder de anslåede tangenter nede i et samlende greb mellem 1. finger og overfingrene omkring de tangenter, som ligger imellem, i en udadgående håndledsvridning (indadgående håndvridning).



Billedet viser yderstillingen af en oktavøvelse, hvor 1., 3. og 5. finger holdes nede. 1. finger og 3.+5. finger er aktive i et samlende greb på hver side af de mellemliggende tangenter.



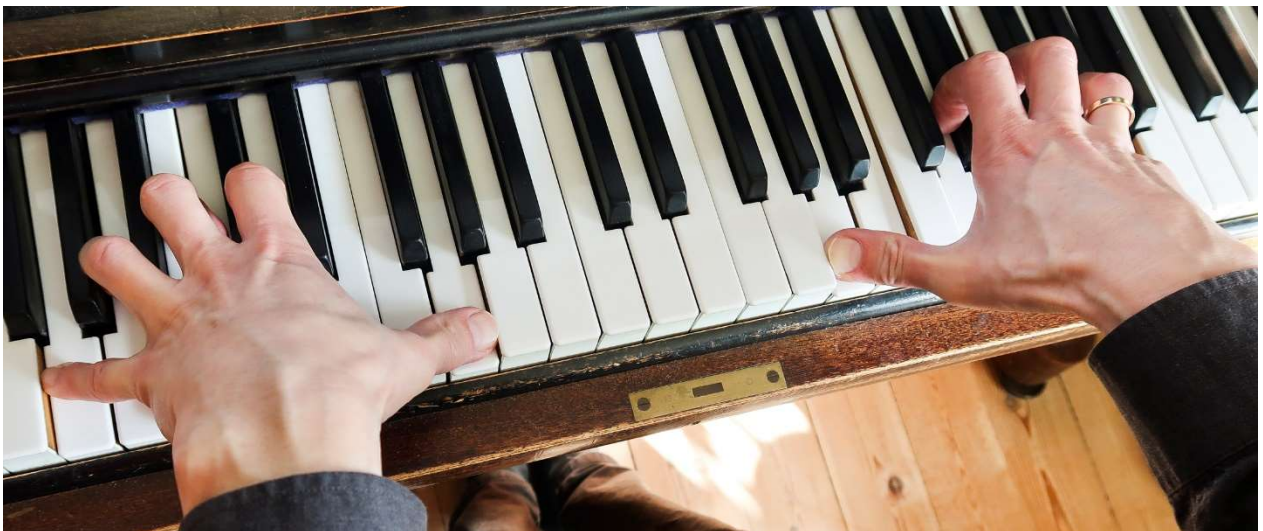
Billedet viser yderstillingen af en legatoundersætningsøvelse, hvor alle fingre holdes nede. 1. finger, placeret mellem 3. og 4. finger, og de fire overfingre spænder imod hinanden et samlende greb.

Den kortvarige, intensive og spredende ($\longleftrightarrow$) spænding

For at udføre denne spænding bøjes hånden og fingrene (som i den aktive fingerbøjnings 2. fase), hvor 1. finger og overfingrene holder på de anslåede tangenter i et spredende greb mellem de tangenter, som ligger på hver side, i en indadgående håndledsvridning (udadgående håndvridning).



Billedet viser inderstillingen af en oktavøvelse, hvor 1., 3. og 5. finger holdes nede. 1. og 3.+5. finger er aktive i et spredende greb mod de på hver side liggende tangenter.



Billedet viser inderstillingen af en af legatoundersætningsøvelserne, hvor alle fingre holdes nede. 1. finger og de fire overfingre spænder i et spredende greb mod de nærmest på hver side liggende tangenter.

Et rum med fire vægge, gulv og loft

Med metaforen *Et rum med fire vægge, gulv og loft* kan man beskrive den tilstand, de aktive stræk- og bøjningsøvelser og *Intensiv brug af klaverøvelserne* frembringer. De to spændingstilstande fra de aktive stræk- og bøjningsøvelser og de to versioner af det kortvarige holdepunkt for en intensiv spænding i legatoøvelserne udgør de fire vægge. Legatoversionerne og de artikulerede versioner af øvelserne danner gulv og loft. Dette rum er det trygge sted, hvor en pianist kan opbygge og vedligeholde en velfungerende teknik. Har man tilegnet sig pendulbevægelsen og differentieringen mellem legatoøvelserne og de artikulerede øvelser, får man kontrol og frihed til at kunne manøvrere mellem teknikens yderpunkter og dermed også alle artikulationsgrader imellem yderpunkterne. Det betyder, at man kan slippe sin tekniske usikkerhed og overvinde de udfordringer, et vanskeligt repertoire giver, fra en veldefineret og rolig teknisk basis.

Den bedste udførelse af øvelserne

Alle denne udgivelses øvelser (uanset taktart) skal udføres med accentueret optakt og fremdrift mod den følgende node for at stimulere en fremadrettet fraseringsrefleks. Det vil f.eks. sige, at øvelser, som står i $\frac{3}{4}$ -takt, tælles $2-3 \rightarrow 1$, $2-3 \rightarrow 1$. Dette er klart noteret med accenter i begyndelsen af alle øvelser. Formålet med accenterne er at vække aktivitet i optakten, da accentueringen af en tone, som skal føre videre til en anden tone, giver større styrke og energi i denne bevægelse, og da en accent før en tonegentagelse stimulerer en større aktivitet i den enkelte finger. Accentuere man derimod ensidigt den naturlige betoning, f.eks. 1. slag i takten, kommer man nemt til at svinge den aktive rolle, optakten bør have for at føre en frase videre. Derfor overdrives optaktfunktionen med accenter i denne øvelsessamling.

De forskellige øvelsesversioner fra hyperlegato til staccato

1. Legatoversionerne af undersætningsøvelserne udføres, som øvelserne er skrevet, med hyperlegato, hvor alle fingre holdes så meget og så længe nede i klaviaturet som muligt for øvelsernes udførelse. Det vil sige, at de fikserede fingre forbliver fikserede, og at de aktive fingre holdes nede i klaviaturet indtil det næste anslag. De aktive overfingre løftes samtidigt med at 1. fingeren (underfingerens) løftes fra en tangent for at anslå den næste tangent i pendulbevægelsen.
2. Legatoversionerne af oversætnings- og oktavøvelser udføres, som øvelserne er skrevet, med tone-til-tone-legato. Idet den ene tangent anslås, slippes den tidligere holdte tangent. At tilstræbe overbinding fra anslag til anslag, som udført i hyperlegato, er ikke gavnligt i disse øvelser, da det hæmmer bevægeligheden.
3. De artikulerede versioner af undersætningsøvelserne udføres, som øvelserne er skrevet, med nøje stillingtagen til nodeværdier og pauser. I praksis vil det dog sige, at repetitionsanslagene udføres staccato på de accentuerede ottendedele, og at ottendedelene også udføres staccato af 1. finger. Det kommer imidlertid meget af sig selv, da det ikke er nemt at udføre anderledes.
4. De artikulerede versioner af oversætnings- og oktavøvelser udføres, som øvelserne er skrevet. Det vil dog i praksis sige, at ottendedelsnoderne alle udføres staccato. Vær opmærksom på, at

anslagene ikke bliver flygtige eller luftige. Udfør hellere øvelserne i et moderat tempo med anslagskvalitet end et hurtigt tempo uden.

De forskellige grader af kropsvægt i teknikken

Hvordan og hvornår man tilsætter eller letter kropsvægt i klaverspillet er afgørende for, hvor godt eller dårligt teknikken kommer til at fungere. Jo mere bundet man ønsker at spille (varianter af legatospil), jo mere kropsvægt skal man lægge ind i spillet, og jo mindre bundet man ønsker at spille (varianter af artikuleret spil), jo mindre kropsvægt skal man lægge i spillet.

De forskellige grader af kropsvægt i teknikken svarer til de lige beskrevne *forskellige øvelsesversioner fra hyperlegato til staccato*, der hver for sig kræver forskellig anvendelse af kropsvægt. Det er dog vigtigt at forstå, at den følgende kategorisering af forskellige grader af anvendt kropsvægt kun giver mening ved udførelse af stilerede øvelser som i denne øvelsessamling. Almindelig spillepraksis vil selvsagt byde på et virvar af forskellige tekniske krav, som det vil være meningsløst at kategorisere. Her må man fokusere på en sund basal siddestilling, som beskrevet i afsnittet *Siddestilling ved klaveret og Øvestillingen*.

1. I legatoversionen af undersætningsøvelserne, som er den mest bundne variant af legatospil, læner pianisten sig frem mod klaviaturet og strækker benene frem for at lægge så meget kraft og kropsvægt ind i udførelsen af øvelserne, som hænderne kan bære uden at miste den naturlige bevægelighed.
2. Legatoversionerne af oversætnings- og oktavøvelser og de af oktavøvelserne afledte øvelser udføres i tone-til-tone-legato (som nævnt ikke overbundet fra tangent til tangent, da overbinding hæmmer en naturlig bevægelighed). Her læner pianisten sig mindre frem mod klaviaturet og lægger herved mindre kropsvægt ind i udførelsen af øvelserne, da én finger logisk nok ikke kan bære den samme kropstygde som flere fingre.
3. De artikulerede versioner af oversætnings- og oktavøvelser og de af oktavøvelserne afledte øvelser udføres ligesom under punkt 2 med en moderat fremlænet krop, da den fikserede finger, som i denne kategori penduløvelser fungerer som anker eller base under de øvrige fingres bevægelighed, har brug for kropsvægt for at kunne blive på tangenten.
4. Den artikulerede version af undersætningsøvelserne udføres med en omtrent lodretstillet krop, så kroppen fungerer som støtte, — ikke som vægt, da for stor vægt hæmmer bevægeligheden og finmotorikken.

I det senere afsnit *Siddestilling ved klaveret og Øvestillingen* beskrives *Øvestillingen*, som iværksætter en kropslig refleks af kraft og stabilitet fra fødder og ben og fremmer en rank holdning. Det er oplagt at praktisere *Øvestillingen* ved udførelsen af den form for hyperlegato, som legato-undersætnings øvelserne kræver, fordi man netop har brug for kraft og styrke for at kunne gennemføre disse øvelser.

Ligeledes kan grader af denne opsamling af styrke bruges, når klaverspillet fordrer volumen i sammenspil med andre instrumenter eller i musik, der kalder på kraftudfoldelser (som f.eks. store dele af klaverlitteraturen fra Beethoven og fremefter gør).

Omvendt kan man også, som tidligere nævnt, regulere sit klaverspil i lettere retning ved at sidde mere lodret (modsat frem- eller tilbagelænet) og med benene og fødderne mere afspændte og mindre fremskudte.

Denne regulering af spillestillinger rummer desuden forbløffende muligheder. Træner man jævnligt *aktive stræk- og bøjningsøvelser*, eller har man en smidig muskulatur, vil man kunne konstatere en korrespondance mellem fødder og fingre. For strækker man benene og fødderne og læner kroppen frem, vil det resultere i, at fingrene også har tendens til et strakt udgangspunkt for anslag (i lighed med udførelsen af *det stærkeste aktive fingerstræk*), som rummer stor kraft, rundhed og styrke. Sidder man derimod mere rankt med fødderne under sig, vil fingrene have tendens til et krummere udgangspunkt for anslag (i lighed med udførelsen af *den stærkeste aktive fingerbøjning*), der egner sig bedre til klart passagespil, men med mindre styrke. Ønsker man stor volumen i denne artikulationstype, må man frigive mere armvægt og større bevægelser. Dette rummer dog en risiko for en skarp og huggende klangdannelse. I så fald kan det være bedre igen at bruge kropsvægt og styrke som i *Øvestillingen*.

10. Kropsholdning før og under klaverspillet

Basisstilling

Det er afgørende at bruge kroppen som basis og støtte for sin aktivitet ved klaveret (og med eller ved et hvilket som helst instrument eller som sanger). En grundlæggende sund holdning er forudsætningen for enhver fysisk udfoldelse, som bygger ens krop op. Den stående stilling, beskrevet i det følgende, træner en sådan holdning, som danner en gunstig forudsætning for en sund siddestilling ved klaveret og et harmonisk klaverspil. Stillingen er en tillempet version af den grundlæggende yogaøvelse "Tadasana" (Tada betyder bjerg) eller "Samasthiti" (betyder fast og oprejst).

1. Saml fødderne og spred tæerne. Vip og vrik fødder og tæer, indtil de får en stærk kontakt med gulvet, både på forfoden, hælen og på inder- og ydersiden af foden.
2. Løft knæskallerne, spænd de forreste lårmuskler og roter lårene indad, højre lår mod uret, venstre mod uret og stræk benene.
3. Vip halebenet frem, samtidig med at det øverste af lårene presses tilbage.
4. Træk skuldrene tilbage, saml skulderbladene og træk dem ned.
5. Stræk armene ned og drej hænderne med over- og underarmene som akse så langt som muligt indad, højre mod uret, venstre mod uret samtidig med at hænderne indtager *det stærkeste aktive fingerstræk*.

6. Træk hovedet tilbage, samtidig med at nakken forlænges og kæberne afspændes.
7. Få åndedrættet i ro ved at trække vejret ind gennem næsen og ud gennem munden.
8. Hold denne stilling i et eller to minutter.



Det er vigtigt at stå i balance, så man hverken vipper forover eller bagover. Det er også vigtigt at bevidstheden om at have en oprejst holdning ikke kun fokuserer på en del af kroppen, så holdningen bliver skæv. Som hjælp til den koncentration, det kræver at holde stillingen, kan man fokusere på de lige listede dele af stillingen i en cirkulær proces: Fødder, knæ, lår, indadvendende lårrotation, benstræk, haleben, skuldre, arme, hænder, forlængelse af nakken, åndedræt og videre forfra indtil man har fundet helt ind i stillingen. Øvelsen giver kroppen et godt og stabilt udgangspunkt for mobilitet og styrke, og medfører et kolossalt kraftmæssigt overskud. En stærk intensivering af øvelsen opnås ved at placere en yogablok eller en køkkenrulle mellem lårene.

En særligt effektiv forøvelse

En særligt effektiv forøvelse for at yde sit klaverspil kropslig støtte kan man praktisere, hvis man bliver i stillingen og udfører *Afløsningsøvelsen* mellem *Det stærkeste aktive fingerstræk* og *Den stærkeste aktive fingerbøjning* med dertil hørende armstræk og armbøjning. Man kan styrke *Afløsningsøvelsen* ved som i klaverøvelserne at tælle 2-3→1, 2-3→1 osv. således at 2-3 tælles i den glidende bevægelse mellem *Det stærkeste aktive fingerstræk* og *Den stærkeste aktive fingerbøjning*, og at 1 tælles på *Det stærkeste aktive fingerstræk* og *Den stærkeste aktive fingerbøjning*. Kraften og styrken i øvelsen kan også fastholdes ved at man tænker tællingen ind i *Basisstillingens* fundament, nemlig knæene, som i denne rytme kan spændes periodisk synkront med *Afløsningsøvelsen*. — **Dette er en meget kraftfuld forøvelse for al fysisk aktivitet ved klaveret — måske den øvelse i hele dette materiale, der giver den mest umiddelbart mærkbare effekt.** — Det er også en krævende øvelse, som det koster tid og tålmodighed at tilegne sig.

Krydskravling

I bogen *Energimedisin i praksis*, som er skrevet af Donna Eden og handler om metoder til at bruge kroppens egne muligheder for at holde sig sund og rask og helbrede sig selv, indgår øvelsen *Krydskravling*. *Krydskravlings* formål er at etablere kontakt mellem de to krops- og hjernehalvdele. Søger man *Krydskravling* (Cross Crawl) på nettet, vil man opdage, at der findes mange varianter af denne øvelsestype. Begrebet *Krydskravling* tager givetvis sit udgangspunkt i spædbarnets kravlefasen, hvor barnet benytter krydskoordinering, når det kravler, idet højre arm og venstre ben føres frem, før venstre arm og højre ben føres bagud og omvendt.

Jeg udfører min version af *Krydskravling* ved at løfte højre ben og støde venstre hånd mod højre bens knæ, og omvendt ved at løfte venstre ben og støde højre hånd mod venstre bens knæ. Dette gør jeg på tællingen 2-3→1, 2-3→1 osv., jeg tæller, hver gang hånd og knæ træffer hinanden (ikke 2→1, 2→1, da denne tælling ville favorisere den ene side af kroppen).

En nem intensivering af øvelsen er at rotere knæene indad, så hænder og knæ træffer hinanden ud for kroppens midterlinje. Jeg udfører denne øvelse med bøjede knæ, som en tennis- eller badmintonspiller, og med centreret lænd som i *Basisstillingen*. Resultatet af denne daglige praksis har for mig personligt været en betydelig forbedring af min balanceevne og kropsholdning.



11. Et morgenritual

Jeg gennemfører ofte følgende om morgenen umiddelbart efter at være stået op: *Passive strækøvelser* (på toilettet), derefter *Basisstilling* med efterfølgende *Afløsningsøvelse* som beskrevet i afsnittet *En særligt effektiv forøvelse*. Jeg slutter dette morgenritual med *Krydskravling*.

12. Siddestilling ved klaveret og Øvestillingen

Mange pianister (også undertiden fremragende pianister) praktiserer forfærdelige siddestillinger ved deres instrument. De sidder med krumme rygge og fremskudte nakker og må selvsagt få alvorlige skader efter længere tids indsats med dårlig holdning ved instrumentet. Desuden går de glip af de balancefordele og den mobilisering af kropsvægt og -støtte, som en sund siddestilling giver. Tre forholdsregler kan tages som forberedelse til den musicerende situation (gratis og uden vanskeligheder), hvis man vil sin ryg og nakke det godt, og hvis man ønsker optimal kropsstøtte, når man spiller.

1. Sid på de forreste ti til tyve centimeter af klaverbænken (et råd jeg har fået og taget til mig af den skotske pianist og professor Murray McLachlan). Dette råd gælder ikke for en organists siddestilling, da brugen af orglets pedaler nødvendiggør, at man sidder længere inde på orgelbænken.
2. Placer fødderne samlet i området ved pedalerne, og læg en yogablok eller en toiletrulle mellem lårene, som i *Basisstillingen* (gerne i en stofpose for at undgå, at den trævler), og roter lårene indad, højre mod uret, venstre med uret. Denne lette fiksering af siddestillingen iværksætter en kropslig refleks af kraft og stabilitet fra fødder og ben og fremmer en rank holdning.

Træk skuldrene tilbage, og stræk armene ned. Drej herefter hænderne med over- og underarmene som akse så langt som muligt indad, højre mod uret, venstre med uret samtidig med at hænderne indtager *det stærkeste aktive fingerstræk*.



De to første forholdsregler kan bibeholdes i *Øvestillingen*, mens den tredje kun er en forberedelse til den. *Øvestillingen* er, som det tydeligt fremgår, afledt af den tidligere beskrevne *Basisstilling*.

Øvestillingen oparbejder en refleks af kraftmæssigt overskud, som frigives i den musicerende situation.



Derfor er det en god ide at sidde i *Øvestillingen*, en del af tiden under ens arbejde ved klaveret. Jeg sidder bedst på en stol uden polstring. Jeg blev engang inspireret af en pudsigt oplysning i en nyhedsudsendelse i radioen, som fortalte, at folk, der sidder til møder, er mere effektive og koncentrerede, hvis de sidder på stole uden polstring. Jeg prøvede det efter og erfarede, at min holdning spontant blev forbedret, når jeg sad uden polstring. En parallel til dette er, at man fremmer en god holdning, hvis man går og står barfodet eller på strømpesokker. Hvis man er organist og bruger orglets pedaler, kan man lægge en toiletrulle mellem lårene (med røret parallelt med lårbenet, da en lodret rulle sammen med orgelbænken niver i låret og gerne i en stofpose for at undgå, at den trævler) i lighed med en yogaklods eller en køkkenrulle i basisstillingen. Dette vil være organistens version af *Øvestillingen*.

13. Og så en advarsel og overvejelse

Det er meget vigtigt at forstå, at kroppen kun bør træne disse yderligheder i spænding og rankhed som forberedelse til et muskulært og kropsligt overskud, til når spændingen slippes fri i den musicerende situation. Kroppen og musklerne er en levende organisme, og man vil hæmme (måske skade) sin motorik, hvis man ikke til en vis grad løser op for de spændinger *de aktive stræk- og bøjningsøvelser*, *Basisstillingen* og *Øvestillingen* rummer. Man kan ikke balancere på en kantsten eller på et gærde, ligesom man heller ikke vil kunne spille frit, hvis man er stiv i kroppen. Dog ville det være spildt forberedelsesarbejde at slippe al spænding, når man skal musicerer. Man ser jo ofte musikere (også velspillende musikere) udføre den mærkværdigste akrobatik og mimik, mens de spiller, hvilket (er jeg overbevist om) er deres måde ubevidst at hente den nødvendige spænding til deres udfoldelse. Det er altså derfor vigtigt at bibeholde dele af den opøvede spænding, når man spiller, og det kan formuleres, som følger: Bevar en rank kropsholdning centreret om en rank lænd, også i den musicerende situation, som når man vipper halebenet frem under punkt 3 i

afsnittet om *Basisstillingen*. Så vil den tillærte spænding kunne omsættes til støtte for et velfungerende klaverspil.

14. Et par gode råd om at oparbejde en god kropsholdning på en nemmere måde



En måde at finde siddestillingen med rank lænd, næsten uden anstrengelse, er at sidde på et sæde uden ryglæn, så halebenet lige nøjagtigt når lidt ud over bagkanten. Denne stilling kan man holde længe, f. eks. når man indstuderer repertoire.

Stillingen er ikke aktiv og derfor ikke et sundt udgangspunkt for kropsstøtte, men den giver alligevel et godt udgangspunkt for den rigtige fornemmelse af den aktive, ranke lænd. Det er nemt at træne aktivt at ranke lænden i dagligdagen. Man kan gøre det ved at løsne knæene, så de buer en lille smule frem, når man går og står. Denne lille bevægelse løsner kroppen og

gør den paradoksalt nok samtidigt mere aktiv, så den gavnlige rygspænding er nemmere at finde og fastholde. Denne opblødning af den spændte *Basisstilling* kan man kalde "*Basisstillingen* i daglig praksis". Det er også vigtigt for en kropsbevidst musiker at skelne mellem, hvornår kroppen hviler sig, og hvornår den er aktiv. Ellers kan man stresser sin krop og sit sind.

15. Lidt om stofmængde og tidsøkonomi

Denne tekst rummer afsnit om forberedelsesøvelser, klaverøvelser, intensivering af klaverøvelser, om indstudering, kropsstillinger og en del mere. Det kan synes at være så omfattende, at det måske kan tage modet fra nogle, og det er selvfølgelig ikke meningen. Derfor kommer her nogle få simple råd om, hvordan man kan komme i gang uden at miste modet over stofmængden.

Vent med forberedelsesøvelserne og intensiveringsmetoderne til en grundstamme af klaverøvelserne er tilegnede. Når det er sket, kan man begynde at tilegne sig forberedelses- og intensiveringsstrategierne lidt efter lidt.

Vær også opmærksom på, at f.eks. de *passive strækøvelser* kan gøres, når man ser fjernsyn, kører med bus eller tog, eller er på toilettet, — altså når man gør ting, hvor hænderne ikke er beskæftigede. Ligesådan med de *aktive stræk- og bøjningsøvelser*, som kan gøres i pauser.

At øve med lukkede øjne kan være meget givende. Vores synsevne begrænser os nemlig nogen gange, stik imod hvad vi antager, da synet kan berøve os koncentration og begrænse vores motorik. Jeg talte engang med en mand, der var blevet blind som voksen. Han fortalte, at hans barbering var blevet bedre, da han havde mistet sit syn. Prøv noget så banalt som at børste tænder med lukkede øjne! Man kan vinde meget tid og øve kvalitet ved at øve med lukkede øjne, når man har nået et vist niveau af tilegnelse i sit øvearbejde, fordi lukkede øjne på forunderlig vis intensiverer ens koncentration og reducerer og koncentrerer ens bevægelser.

16. Et lille debatindlæg

Jeg har ofte undret mig over, at langbenede (også under tiden meget velspillende) pianister sidder i mærkelige, akavede spillestillinger for at få plads til deres ben under flyglet. De spreder benene, som om de var cellister, og oparbejder systematisk den tidligere nævnte krumryg og –nakke som et trist biprodukt af deres iver efter at få kontakt med klaviaturet.

Det må være ret enkelt for en behjertet klaverbygger at konstruere en længere lyre til at sætte under et hvilket som helst flygel kombineret med solide klodser under dets ben. På den måde kunne langbenede pianister få plads til deres ben under flyglet og en chance for at spille med en sund holdning. Jeg har ikke taget patent på ideen, men der må da være et marked for sådan noget!?

17. Og til sidst

Nu er jeg ikke længere ung og har derfor ikke selv mulighed for drage den samme fordel af *Pendulmetoden* som et stort barn eller en ung pianist, der kan øve timer, dage, uger, måneder og år for at forfølge sin pianistiske ambition. Dog har jeg stadig en usvækket interesse for klaverspil — og altså i høj grad den tekniske side af klaverspillet. *Pendulmetoden* er affødt af denne interesse. Jeg håber, at andre kan få glæde af *Pendulmetoden*.



God fornøjelse!
Jacob Græsholt

Legato oktav I

Jacob Græsholt

The first system of the piece consists of three measures. The treble clef staff begins with a treble clef, a key signature of one flat (B-flat), and a 3/4 time signature. The first measure contains a triplet of eighth notes (G4, A4, B4) marked with a '3' and a '5' above the notes, and a '1' below the first note. The second measure contains a triplet of eighth notes (B4, C5, D5) marked with a '3' and a '5' above the notes, and a '1' below the first note. The third measure contains a triplet of eighth notes (C5, D5, E5) marked with a '3' and a '5' above the notes, and a '1' below the first note. The bass clef staff begins with a bass clef, a key signature of one flat (B-flat), and a 3/4 time signature. The first measure contains a triplet of eighth notes (F3, G3, A3) marked with a '3' and a '5' below the notes, and a '1' above the first note. The second measure contains a triplet of eighth notes (G3, A3, B3) marked with a '3' and a '5' below the notes, and a '1' above the first note. The third measure contains a triplet of eighth notes (A3, B3, C4) marked with a '3' and a '5' below the notes, and a '1' above the first note. Above the first measure is a '>' symbol. Above the second measure is a 'smile' symbol. Above the third measure is a '>' symbol. Above the fourth measure is a 'smile' symbol and the word 'simile'.

The second system of the piece consists of three measures. The treble clef staff begins with a treble clef, a key signature of one flat (B-flat), and a 3/4 time signature. The first measure contains a triplet of eighth notes (E5, F5, G5) marked with a '3' and a '5' above the notes, and a '1' below the first note. The second measure contains a triplet of eighth notes (F5, G5, A5) marked with a '3' and a '5' above the notes, and a '1' below the first note. The third measure contains a triplet of eighth notes (G5, A5, B5) marked with a '3' and a '5' above the notes, and a '1' below the first note. The bass clef staff begins with a bass clef, a key signature of one flat (B-flat), and a 3/4 time signature. The first measure contains a triplet of eighth notes (D3, E3, F3) marked with a '3' and a '5' below the notes, and a '1' above the first note. The second measure contains a triplet of eighth notes (E3, F3, G3) marked with a '3' and a '5' below the notes, and a '1' above the first note. The third measure contains a triplet of eighth notes (F3, G3, A3) marked with a '3' and a '5' below the notes, and a '1' above the first note.

The third system of the piece consists of three measures. The treble clef staff begins with a treble clef, a key signature of one flat (B-flat), and a 3/4 time signature. The first measure contains a triplet of eighth notes (A5, B5, C6) marked with a '3' and a '5' above the notes, and a '1' below the first note. The second measure contains a triplet of eighth notes (B5, C6, D6) marked with a '3' and a '5' above the notes, and a '1' below the first note. The third measure contains a triplet of eighth notes (C6, D6, E6) marked with a '3' and a '5' above the notes, and a '1' below the first note. The bass clef staff begins with a bass clef, a key signature of one flat (B-flat), and a 3/4 time signature. The first measure contains a triplet of eighth notes (G3, A3, B3) marked with a '3' and a '5' below the notes, and a '1' above the first note. The second measure contains a triplet of eighth notes (A3, B3, C4) marked with a '3' and a '5' below the notes, and a '1' above the first note. The third measure contains a triplet of eighth notes (B3, C4, D4) marked with a '3' and a '5' below the notes, and a '1' above the first note.

The fourth system of the piece consists of three measures. The treble clef staff begins with a treble clef, a key signature of one flat (B-flat), and a 3/4 time signature. The first measure contains a triplet of eighth notes (D6, E6, F6) marked with a '3' and a '5' above the notes, and a '1' below the first note. The second measure contains a triplet of eighth notes (E6, F6, G6) marked with a '3' and a '5' above the notes, and a '1' below the first note. The third measure contains a triplet of eighth notes (F6, G6, A6) marked with a '3' and a '5' above the notes, and a '1' below the first note. The bass clef staff begins with a bass clef, a key signature of one flat (B-flat), and a 3/4 time signature. The first measure contains a triplet of eighth notes (C4, D4, E4) marked with a '3' and a '5' below the notes, and a '1' above the first note. The second measure contains a triplet of eighth notes (D4, E4, F4) marked with a '3' and a '5' below the notes, and a '1' above the first note. The third measure contains a triplet of eighth notes (E4, F4, G4) marked with a '3' and a '5' below the notes, and a '1' above the first note.

Legato oktav II

Jacob Græsholt

The musical score is written for piano in 3/4 time. It consists of four systems of music, each with a treble and bass staff joined by a brace. The first system includes fingering numbers (1, 3, 5) and accents (>) above and below the staff. A 'simile' marking is present above the treble staff. The second system begins with a measure number '4'. The third system begins with a measure number '7'. The fourth system begins with a measure number '10' and ends with a double bar line. The music features a variety of note values, including eighth and sixteenth notes, and rests.

Legato 1.-3. finger over 5. finger

Jacob Græsholt

>  >  *simile*



4

7

10

Legato 1.-5. finger under 3. finger

Jacob Græsholt

The musical score is written for piano in 3/4 time. It consists of four systems of music, each with a treble and bass staff. The first system includes fingerings (1, 3, 5) and accents (>) and a 'simile' marking. The subsequent systems continue the piece with various musical notations like slurs and ties.

Musical score for "The Swan" by Camille Saint-Saëns, measures 1-10. The score is written for piano and features a 3/8 time signature. The first system (measures 1-3) includes fingerings (e.g., 5, 1, 3, 5, 1, 3, 5, 1, 3, 5, 1, 3) and dynamic markings (>). The second system (measures 4-6) continues the melodic and harmonic development. The third system (measures 7-9) includes the instruction *simile*. The fourth system (measures 10-12) concludes the excerpt with a double bar line.

Legato oktav I, små hænder

Jacob Græsholt

Legato oktav II, små hænder

Jacob Græsholt

The musical score is written for two staves (treble and bass clef) in 3/4 time. It consists of four systems of music. The first system includes fingering numbers (1, 3, 5) and dynamic markings (> and accents). The second system starts with a measure number '4'. The third system starts with a measure number '7'. The fourth system starts with a measure number '10' and ends with a double bar line. The notation includes eighth and sixteenth notes, often beamed together, and rests.

Legato 1.-3. finger over 5. finger, små hænder

Jacob Græsholt

The musical score is written for piano in 3/4 time. It consists of four systems of music, each with a treble and bass staff. The first system includes fingerings (1, 3, 5, 1, 3, 5) and accents (>) and slurs. The second system starts with a measure number '4'. The third system starts with a measure number '7'. The fourth system starts with a measure number '10' and ends with a double bar line. The notation is for both hands, with treble and bass staves.

Legato 1.-5. finger under 3. finger, små hænder

Jacob Græsholt

The musical score is written for piano in 3/4 time. It consists of four systems, each with a treble and bass staff. The first system includes fingerings (1, 3, 5) and accents (>). The second system starts at measure 4. The third system starts at measure 7. The fourth system starts at measure 10 and ends with a double bar line. The word "simile" is written above the first system's right hand staff.

Legato 3.-5. finger over 1. finger, små hænder

Jacob Græsholt

The musical score is written for piano in 3/4 time. It consists of four systems, each with a treble and bass staff. The first system includes fingerings (1, 3, 5) and accents (>) and a 'simile' marking. The subsequent systems show the continuation of the piece with various musical notations like slurs and ties.

Artikuleret oktav I

Jacob Græsholt

Measures 1-6: Treble staff (melody) and Bass staff (accompaniment). The melody consists of a half note G4, followed by eighth notes A4, B4, C5, D5, E5, F5, and G5. The bass staff features eighth notes. The piece is marked with accents (>) and a *simile* instruction.

Measures 7-10: Treble staff (melody) and Bass staff (accompaniment). The melody includes triplets and is marked with accents (>) and a *simile* instruction.

Measures 11-16: Treble staff (melody) and Bass staff (accompaniment). The melody consists of eighth notes and is marked with accents (>).

Measures 17-20: Treble staff (melody) and Bass staff (accompaniment). The melody includes triplets and is marked with accents (>).

Artikuleret oktav I

21

Musical notation for measures 21-26. The piece is in 3/4 time. Measures 21-26 show a rhythmic pattern of eighth notes in the right hand and quarter notes in the left hand, with a key signature of one flat.

27

Musical notation for measures 27-30. The key signature changes to two flats. Measures 27-30 show a more complex rhythmic pattern with sixteenth notes in the right hand and eighth notes in the left hand.

31

Musical notation for measures 31-36. The key signature changes back to one flat. Measures 31-36 show a rhythmic pattern of eighth notes in the right hand and quarter notes in the left hand.

37

Musical notation for measures 37-40. The key signature changes to two flats. Measures 37-40 show a rhythmic pattern of eighth notes in the right hand and quarter notes in the left hand, ending with a double bar line.

Artikuleret oktav II

Jacob Græsholt

The score is written for piano in 3/4 time. It consists of four systems of music. The first system (measures 1-6) features a treble and bass staff with eighth-note chords and accents, marked 'simile'. The second system (measures 7-10) includes triplets and sixteenth-note runs, also marked 'simile'. The third system (measures 11-16) continues with eighth-note chords and accents. The fourth system (measures 17-20) features sixteenth-note runs in both staves. The piece concludes with a final chord in measure 20.

43
Artikuleret oktav II

21

Musical notation for measures 21-26. The piece is in 3/4 time. Measures 21-26 feature a steady eighth-note accompaniment in the bass clef and a melody in the treble clef consisting of eighth-note chords. The melody starts on a half note G4 and moves in eighth-note steps. The system ends with a 3/4 time signature change.

27

Musical notation for measures 27-30. The time signature changes to 3/4. Measures 27-30 feature a continuous eighth-note accompaniment in the bass clef and a melody in the treble clef consisting of eighth-note chords. The melody starts on a half note G4 and moves in eighth-note steps. The system ends with a 6/8 time signature change.

31

Musical notation for measures 31-36. The piece returns to 3/4 time. Measures 31-36 feature a steady eighth-note accompaniment in the bass clef and a melody in the treble clef consisting of eighth-note chords. The melody starts on a half note G4 and moves in eighth-note steps. The system ends with a 3/4 time signature change.

37

Musical notation for measures 37-40. The time signature changes to 3/4. Measures 37-40 feature a continuous eighth-note accompaniment in the bass clef and a melody in the treble clef consisting of eighth-note chords. The melody starts on a half note G4 and moves in eighth-note steps. The system ends with a double bar line.

Artikuleret 1.-3. finger over 5. finger

Jacob Græsholt

The score is written for piano in 3/4 time. It consists of four systems of music, each with a treble and bass staff. The first system (measures 1-6) features a treble staff with chords and triplets, and a bass staff with similar patterns. The second system (measures 7-10) continues with similar patterns, also marked 'simile'. The third system (measures 11-16) shows a continuation of the rhythmic patterns. The fourth system (measures 17-20) concludes the piece with a final cadence. The score includes various musical notations such as notes, rests, and fingerings.

Artikuleret 1.-3. finger over 5. finger

21

26

27

30

31

36

37

40

Artikuleret 1.-5. finger under 3. finger

Jacob Græsholt

1. System (Measures 1-6): Treble and Bass staves, 3/4 time. Accents (>) above measures 1-6. *simile*

2. System (Measures 7-10): Treble and Bass staves, 3/4 time. Triplets in both hands. Accents (>) above measures 7-10. *simile*

3. System (Measures 11-16): Treble and Bass staves, 3/4 time.

4. System (Measures 17-20): Treble and Bass staves, 3/4 time.

Artikuleret 1.-5. finger under 3. finger

21

21 22 23 24 25 26

27

27 28 29 30

31

31 32 33 34 35 36

37

37 38 39 40

Artikuleret 3.-5. finger over 1. finger

Jacob Græsholt

The score is written for piano in 3/4 time. It consists of four systems of music, each with a treble and bass staff. The first system (measures 1-6) features a treble staff with notes and accents, and a bass staff with notes and accents. The second system (measures 7-10) includes triplets and a 'simile' marking. The third system (measures 11-16) continues the articulation exercise. The fourth system (measures 17-20) concludes with a final measure. The score is written for piano with a focus on articulation of the 3rd, 4th, and 5th fingers over the 1st finger.

Artikuleret 3.-5. finger over 1. finger

21

26

27

30

31

36

37

40

Artikuleret oktav I, små hænder

Jacob Græsholt

Musical score for "Artikuleret oktav I, små hænder" by Jacob Græsholt. The score is in 3/4 time and consists of four systems of piano music. The first system (measures 1-6) features a treble and bass staff with eighth-note octaves and accents, marked *simile*. The second system (measures 7-10) includes triplets and slurs, also marked *simile*. The third system (measures 11-16) returns to the eighth-note octave pattern. The fourth system (measures 17-20) features a more complex eighth-note pattern with slurs. The piece concludes with a final 3/4 time signature.

Artikuleret oktav I, små hænder

21

21 22 23 24 25 26

27

27 28 29 30

31

31 32 33 34 35 36

37

37 38 39 40

The musical score is for a piano piece titled "The Wind" by Jacob Græsholt. It is written for a single piano instrument, with a treble and bass staff joined by a brace. The piece begins in 3/4 time and changes to 2/4 time at measure 7. The notation includes various musical symbols such as notes, rests, and dynamic markings like *simile* and accents (>). The score is divided into four systems, with measures 1-6, 7-10, 11-16, and 17-20. The piece concludes with a final chord in 2/4 time.

53
Artikuleret oktav II, små hænder

21

Measures 21-26. Treble and bass staves in 6/8 time. Treble staff has dotted eighth notes and quarter notes. Bass staff has eighth notes and quarter notes. Measure 26 ends with a 3/4 time signature.

27

Measures 27-30. Treble and bass staves in 3/4 time. Treble staff has eighth notes and quarter notes. Bass staff has eighth notes and quarter notes. Measure 30 ends with a 6/8 time signature.

31

Measures 31-36. Treble and bass staves in 6/8 time. Treble staff has dotted eighth notes and quarter notes. Bass staff has eighth notes and quarter notes. Measure 36 ends with a 3/4 time signature.

37

Measures 37-40. Treble and bass staves in 3/4 time. Treble staff has eighth notes and quarter notes. Bass staff has eighth notes and quarter notes. Measure 40 ends with a double bar line.

Artikuleret 1.-3. finger over 5. finger, små hænder

Jacob Græsholt

The score is written for a single piano with a grand staff (treble and bass clef). The time signature is 3/4. The piece is titled 'Artikuleret 1.-3. finger over 5. finger, små hænder' by Jacob Græsholt. The score is divided into four systems of music.

System 1 (Measures 1-6): The treble staff begins with a fermata over a half note, followed by a series of eighth notes with accents. The bass staff has a similar pattern. A 'simile' instruction is placed above the treble staff.

System 2 (Measures 7-10): The treble staff features a triplet of eighth notes, followed by a series of eighth notes with accents. The bass staff has a similar pattern. A 'simile' instruction is placed above the treble staff.

System 3 (Measures 11-16): The treble staff continues with a series of eighth notes with accents. The bass staff has a similar pattern.

System 4 (Measures 17-20): The treble staff features a triplet of eighth notes, followed by a series of eighth notes with accents. The bass staff has a similar pattern.

Artikuleret 1.-3. finger over 5. finger, små hænder

21

26

27

30

31

36

37

40

Artikuleret 1.-5. finger under 3. finger, små hænder

◡ > > > > > > *simile*

Jacob Græsholt

◡ > > > > > > >

simile

Artikuleret 1.-5. finger under 3. finger, små hænder

21

26

27

30

31

36

37

40

Artikuleret 3.-5. finger over 1. finger, små hænder

Jacob Græsholt

The score is written for piano in 3/4 time. It consists of four systems of music, each with a treble and bass staff. The first system (measures 1-6) features a treble staff with triplets of eighth notes and a bass staff with triplets of eighth notes. The second system (measures 7-10) continues the triplet pattern, also marked 'simile'. The third system (measures 11-16) shows a change in the bass line while the treble continues. The fourth system (measures 17-20) concludes the piece with a final triplet in the treble and a sustained bass line.

Artikuleret 3.-5. finger over 1. finger, små hænder

21

27

31

37

Legato undersætning, 2.-3. finger

Jacob Græsholt

The score is written for piano in 3/4 time. It consists of four systems of two staves each. The first system includes fingering numbers (1-5), accents (>), and slurs. The word "simile" is written above the final measure of the first system. The subsequent systems continue the piece with various note values and slurs.

Legato undersætning, 2.-4. finger

Jacob Græsholt

> ◡ > ◡ *simile*

5

8

11

Legato undersætning, 2.-5. finger

Jacob Græsholt

The musical score is written for piano in 3/4 time. It consists of four systems of music, each with a treble and bass staff. The first system includes fingerings (1-5) and accents (>) above the notes, with a *simile* marking. The subsequent systems continue the piece with various melodic and harmonic patterns.

Legato undersætning, 3.-4. finger

Jacob Græsholt

The musical score is written for piano in 3/4 time. It consists of four systems of two staves each. The first system includes fingering numbers (1-5) and dynamic markings (> and a fermata-like symbol). The word "simile" is written above the first system. The subsequent systems continue the piece with various note values and slurs.

Legato undersætning, 3.-5. finger

Jacob Græsholt

The musical score is written for piano in 3/4 time. It consists of four systems of music. The first system includes fingering numbers (1, 3, 5) and dynamic markings (> and accents). The word "simile" is written above the first system. The subsequent systems continue the piece with various note values and slurs.

Legato undersætning, 4.-5. finger

Jacob Græsholt

The musical score is written for piano in 3/4 time. It consists of four systems of music, each with a treble and bass staff joined by a brace. The first system includes fingering numbers (1, 4, 5) and accents (>) above notes, and a *simile* marking. The subsequent systems continue the piece with various note values and slurs.

Legato undersætning, dobbeltgreb I

Jacob Græsholt

The musical score is written for piano in 3/4 time. It consists of four systems of music, each with a treble and bass staff. The first system includes fingering numbers (1-5) and dynamic markings (> and accents). The word "simile" is written above the first system. The subsequent systems continue the piece with various chordal textures and melodic lines in both hands.

Legato undersætning, dobbeltgreb II

Jacob Græsholt

The musical score is written for piano in 3/4 time. It consists of four systems of music, each with a treble and bass staff joined by a brace. The first system includes fingering numbers (1-5) and dynamic markings (> and <smiley face>). The second system starts at measure 4. The third system starts at measure 7. The fourth system starts at measure 10 and ends with a double bar line. The notation features a mix of chords and moving lines in both hands, with a legato feel indicated by the title and the 'simile' marking.

Legato undersætning, dobbeltgreb III

Jacob Græsholt

Musical score for "Legato undersætning, dobbeltgreb III" by Jacob Græsholt. The score is in 3/4 time and consists of four systems of piano accompaniment. The first system includes fingering numbers (1-5) and dynamic markings (> and a fermata-like symbol). The word "simile" is written above the first system. The subsequent systems are marked with measure numbers 4, 7, and 10. The piece concludes with a double bar line at the end of the fourth system.

Legato undersætning, 2.-3. finger, små hænder

Jacob Græsholt

The score is written for piano in 3/4 time. It consists of four systems of two staves each. The first system includes fingering numbers (1, 2, 3, 4, 5) and dynamic markings (> and accents). The word "simile" is written above the first staff of the first system. The subsequent systems (5, 8, 11) continue the piece with similar phrasing and dynamics.

Legato undersætning, 2.-4. finger, små hænder

Jacob Græsholt

Legato undersætning, 2.-5. finger, små hænder

Jacob Græsholt

> ◡ > ◡ *simile*

5

8

11

Legato undersætning, 3.-4. finger, små hænder

Jacob Græsholt

The musical score is written for piano in 3/4 time. It consists of four systems of two staves each. The first system includes fingerings (1-5) and accents (>) above and below the notes. The word "simile" is written above the final measure of the first system. The subsequent systems continue the piece with various note values and slurs.

Legato undersætning, 3.-5. finger, små hænder

Jacob Græsholt

The musical score is written for two staves (treble and bass clef) in 3/4 time. It consists of four systems of music. The first system includes fingerings (1-5), accents (>), and a 'simile' marking. The subsequent systems continue the piece with various note values and slurs.

Legato undersætning, 4.-5. finger

Jacob Græsholt

The musical score is written for piano in 3/4 time. It consists of four systems of music, each with a treble and bass staff. The first system includes fingering numbers (1, 4, 5) and accents (>) above notes, and a 'simile' marking. The subsequent systems continue the piece with various note values and slurs.

Legato undersætning, små hænder, dobbeltgreb I

Jacob Græsholt

The musical score is written for piano in 3/4 time. It consists of four systems of two staves each. The first system includes fingering numbers (1-5) and dynamic markings (> and a fermata-like symbol). The word "simile" is written above the first system. The subsequent systems continue the piece with various chordal textures and melodic lines.

Legato undersætning, små hænder, dobbeltgreb II

Jacob Græsholt

The musical score is written for piano and consists of four systems of music. The first system includes fingering numbers (1, 2, 3, 4, 5) and dynamic markings (> and a fermata-like symbol). The word "simile" is written above the first system. The subsequent systems continue the piece with various chordal textures and melodic lines in both hands.

Legato undersætning, små hænder, dobbeltgreb III

Jacob Græsholt

simile

The musical score is written for piano in 3/4 time. It consists of four systems of two staves each. The first system includes fingering numbers (1-5) and dynamic markings (> and a half note with a fermata). The subsequent systems continue the piece with various chordal textures and melodic lines. The piece concludes with a double bar line at the end of the fourth system.

Artikuleret undersætning, 2.-3. finger

Jacob Græsholt

The image displays a piano score for a piece titled "Artikuleret undersætning, 2.-3. finger" by Jacob Græsholt. The score is written for piano and consists of four systems of two staves each. The first system includes fingerings (1, 2, 3) and accents (>) above notes. The second system includes fingerings and accents, with a "simile" marking at the end. The third system starts at measure 10 and continues with similar articulation. The fourth system starts at measure 16 and ends with a double bar line. The piece concludes with a final chord in the right hand.

Artikuleret undersætning, 2.-3. finger

20

26

29

35

Artikuleret undersætning, 2.-4. finger

Jacob Græsholt

simile

simile

10

16

Artikuleret undersætning, 2.-4. finger

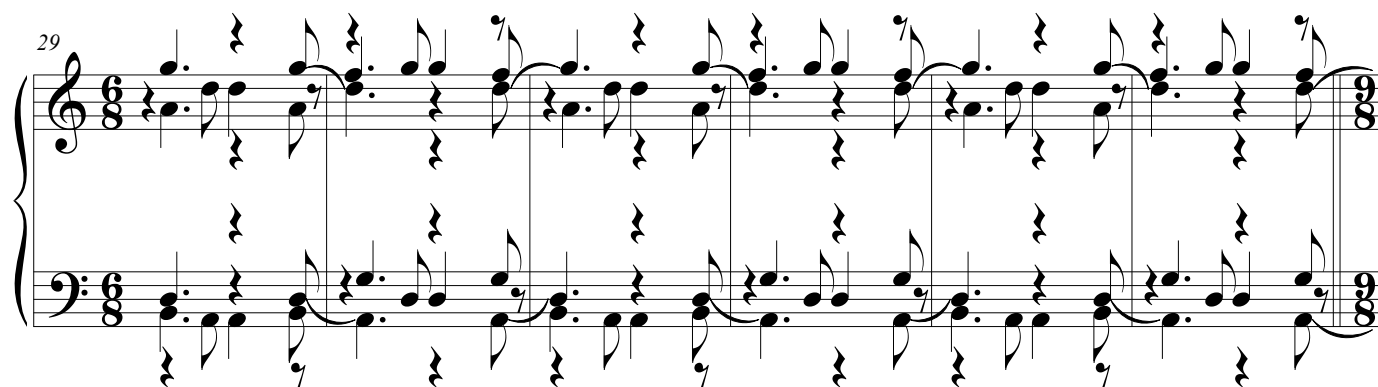
20



26



29



35



Artikuleret undersætning, 2.-5. finger

Jacob Græsholt

simile

simile

10

16

Artikuleret undersætning, 2.-5. finger

20

26

29

35

Artikuleret undersætning, 3.-4. finger

Jacob Græsholt

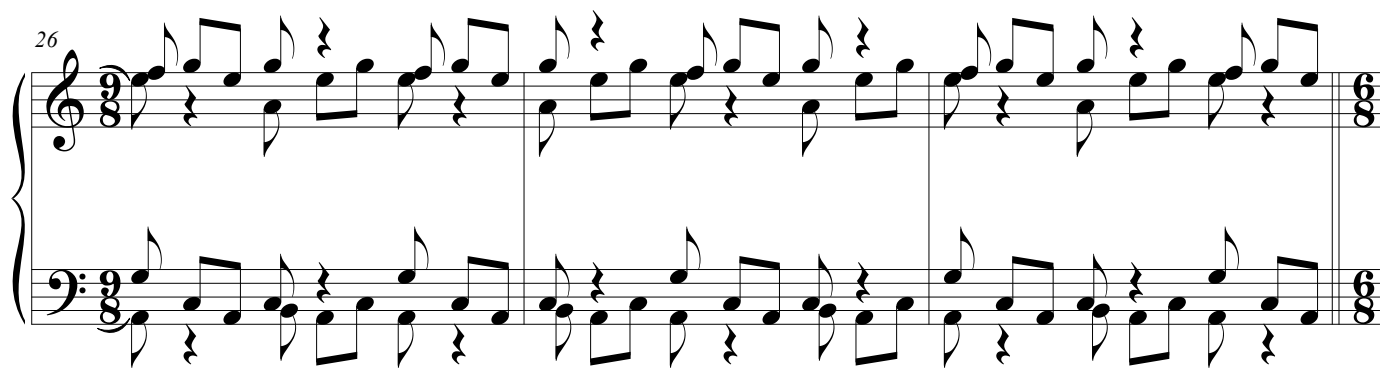
The score is a piano exercise in 3/4 time, titled "Artikuleret undersætning, 3.-4. finger" by Jacob Græsholt. It consists of four systems of two staves each. The first system includes fingerings (1, 4, 3, 1, 4, 3, 1, 4, 3, 1, 4, 3) and accents (>) above the notes. The second system includes fingerings (1, 4, 3, 1, 4, 3, 1, 4, 3, 1, 4, 3) and accents (>) above the notes. The third system includes fingerings (1, 4, 3, 1, 4, 3, 1, 4, 3, 1, 4, 3) and accents (>) above the notes. The fourth system includes fingerings (1, 4, 3, 1, 4, 3, 1, 4, 3, 1, 4, 3) and accents (>) above the notes. The score ends with a double bar line.

Artikuleret undersætning, 3.-4. finger

20



26



29



35



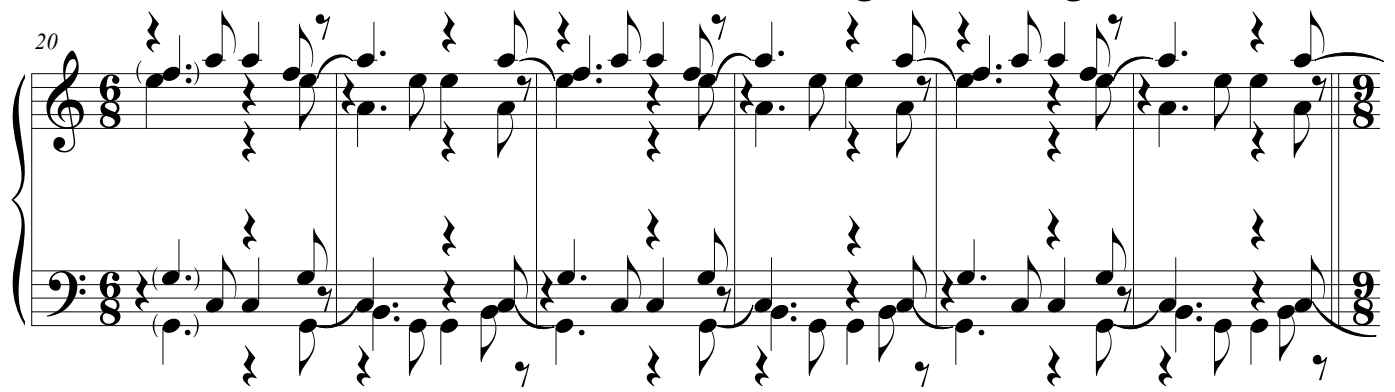
Artikuleret undersætning, 3.-5. finger

Jacob Græsholt

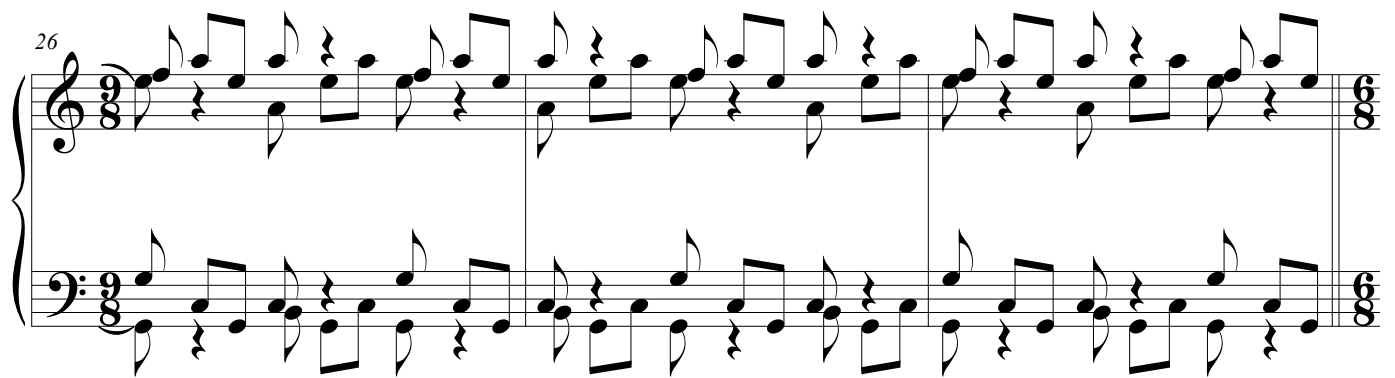
The score is written for piano in 3/8 time. It consists of four systems of two staves each. The first system includes fingerings (1, 3, 5) and accents (>) above notes, with a *simile* marking. The second system continues with similar markings and a *simile* marking at the end. The third system starts at measure 10 and continues with similar markings. The fourth system starts at measure 16 and continues with similar markings. The piece ends with a double bar line.

Artikuleret undersætning, 3.-5. finger

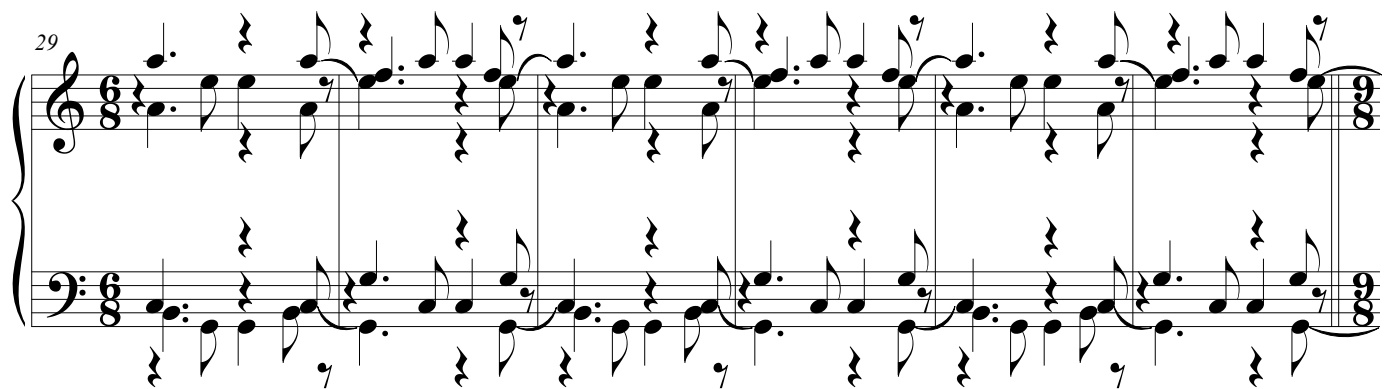
20



26



29



35



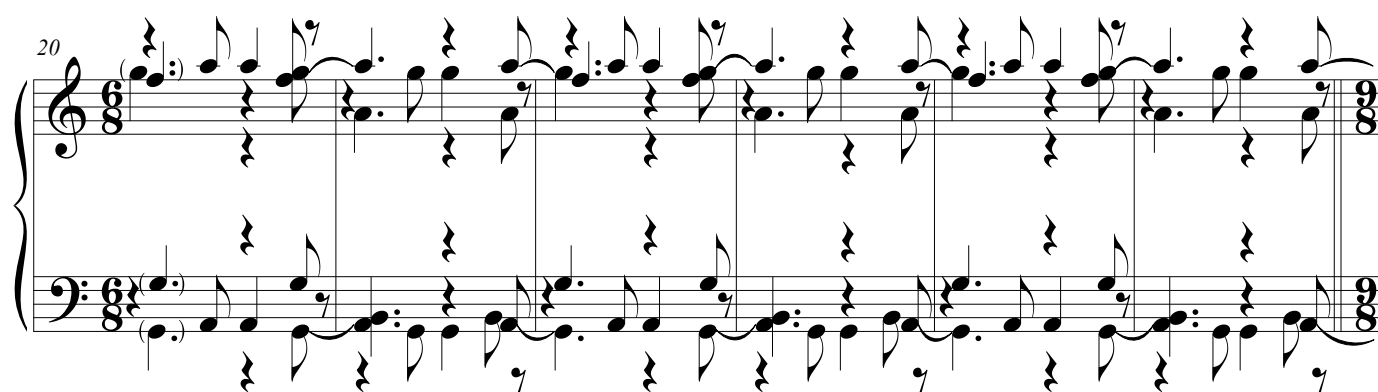
Artikuleret undersætning, 4.-5. finger

Jacob Græsholt

The score is written for piano in 3/8 time. It consists of four systems of two staves each. The first system includes fingerings (1, 4, 5) and accents (>) above notes. The second system includes a *simile* marking. The third system starts at measure 10. The fourth system starts at measure 16 and ends with a double bar line. The piece is characterized by articulated, staccato-like patterns in the right hand and sustained, flowing patterns in the left hand.

Artikuleret undersætning, 4.-5. finger

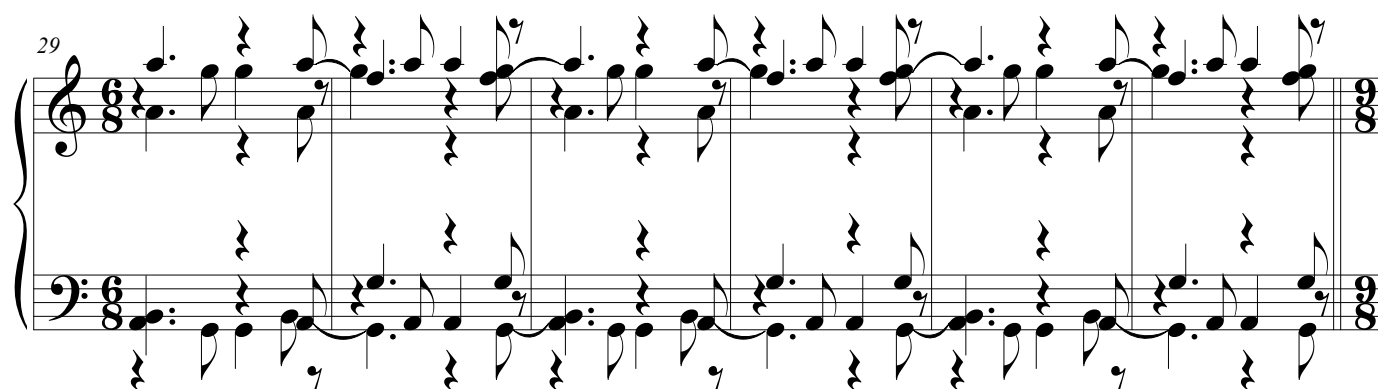
20



26



29



35



Artikuleret undersætning, dobbeltgreb I

Jacob Græsholt

The score is written for piano in 3/8 time. It consists of four systems of two staves each. The first system includes a 'simile' marking. The second system also includes a 'simile' marking. The piece ends with a double bar line at the end of the fourth system.

Artikuleret undersætning, dobbeltgreb I

20

26

29

35

Artikuleret undersætning, dobbeltgreb II

Jacob Græsholt

The score is written for piano in 3/8 time. It consists of four systems of music. The first system includes a 'simile' marking. The second system also includes a 'simile' marking. The third system starts at measure 10. The fourth system starts at measure 16. The score features complex articulation with many accents and slurs, and a final double bar line at the end of the fourth system.

Artikuleret undersætning, dobbeltgreb II

20

26

29

35

Artikuleret undersætning, dobbeltgreb III

Jacob Græsholt

The musical score is written for piano in 3/8 time. It consists of four systems of music, each with a treble and bass staff joined by a brace. The first system includes fingering numbers (1-5) and accents (>) above many notes. The second system begins with a measure number '7' and includes a 'simile' marking. The third system begins with a measure number '10'. The fourth system begins with a measure number '16'. The piece concludes with a double bar line at the end of the fourth system.

Artikuleret undersætning, dobbeltgreb III

Measures 20-25 of the piece. The music is in 3/8 time and features a complex, articulated accompaniment pattern in the right hand, with the left hand providing a steady bass line. The right hand uses a double fingering (dobbeltgreb) for the eighth notes.

Measures 26-28 of the piece. The music continues with the same articulated accompaniment pattern in the right hand and steady bass line in the left hand. The right hand uses a double fingering (dobbeltgreb) for the eighth notes.

Measures 29-34 of the piece. The music continues with the same articulated accompaniment pattern in the right hand and steady bass line in the left hand. The right hand uses a double fingering (dobbeltgreb) for the eighth notes.

Measures 35-40 of the piece. The music continues with the same articulated accompaniment pattern in the right hand and steady bass line in the left hand. The right hand uses a double fingering (dobbeltgreb) for the eighth notes.

Artikuleret undersætning, små hænder, 2.-3. finger

Jacob Græsholt

The score is written for piano in 3/8 time. It consists of four systems of two staves each. The first system includes fingerings (1, 2, 3) and accents (>) above notes, with a *simile* marking. The second system continues with similar markings and a *simile* marking at the end. The third system starts at measure 10 and continues with articulation. The fourth system starts at measure 16 and ends with a double bar line. The piece is for small hands, focusing on articulation of the 2nd and 3rd fingers.

Artikuleret undersætning, små hænder, 2.-3. finger

20



26



29



35



Artikuleret undersætning, små hænder, 2.-4. finger

Jacob Græsholt

The score is written for piano in 3/8 time. It consists of four systems of music. The first system includes fingerings (1, 2, 4) and accents (>) above the notes. The second system includes a *simile* marking. The third system starts at measure 10. The fourth system starts at measure 16. The piece concludes with a double bar line at the end of the fourth system.

Artikuleret undersætning, små hænder, 2.-4. finger

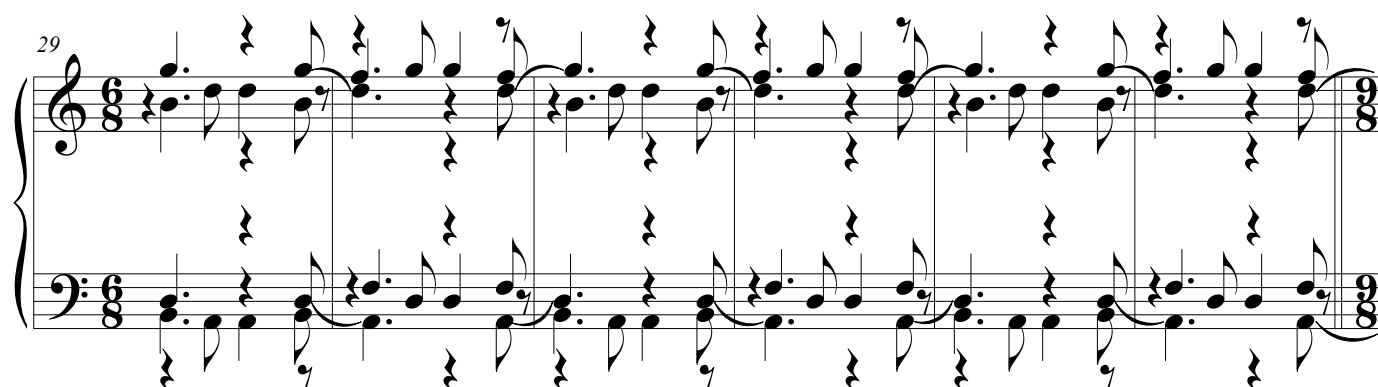
20



26



29



35



16

Musical score for measures 16-19 of "The Swan" by Maurice Ravel. The score is in 3/4 time, key of D major, and features a piano accompaniment. The right hand plays a repeating eighth-note pattern, while the left hand plays a more complex melody. The piece concludes with a final chord in measure 19.

Artikuleret undersætning, små hænder, 2.-5. finger

20

26

29

35

Artikuleret undersætning, små hænder, 3.-4. finger

Jacob Græsholt

The image displays a musical score for a piano piece titled "The Bird Song" by Jacob Græsholt. The score is written for piano and is organized into four systems, each consisting of a treble and a bass staff. The time signature is 3/8, and the key signature has one flat. The tempo is marked "simile". The score includes various musical notations such as eighth notes, sixteenth notes, and rests, with some notes marked with accents (>) and fingerings (1, 3, 4). The piece concludes with a double bar line at the end of the fourth system.

Artikuleret undersætning, små hænder, 3.-4. finger

20

Musical notation for measures 20-25. Treble and bass staves in 3/8 time. Treble staff features eighth-note chords with slurs and accents. Bass staff features eighth-note chords with slurs and accents. Measure 20 starts with a key signature change to one flat.

26

Musical notation for measures 26-28. Treble and bass staves in 3/8 time. Treble staff features eighth-note chords with slurs and accents. Bass staff features eighth-note chords with slurs and accents.

29

Musical notation for measures 29-34. Treble and bass staves in 3/8 time. Treble staff features eighth-note chords with slurs and accents. Bass staff features eighth-note chords with slurs and accents.

35

Musical notation for measures 35-38. Treble and bass staves in 3/8 time. Treble staff features eighth-note chords with slurs and accents. Bass staff features eighth-note chords with slurs and accents. The piece ends with a double bar line in measure 38.

Artikuleret undersætning, små hænder, 3.-5. finger

Jacob Græsholt

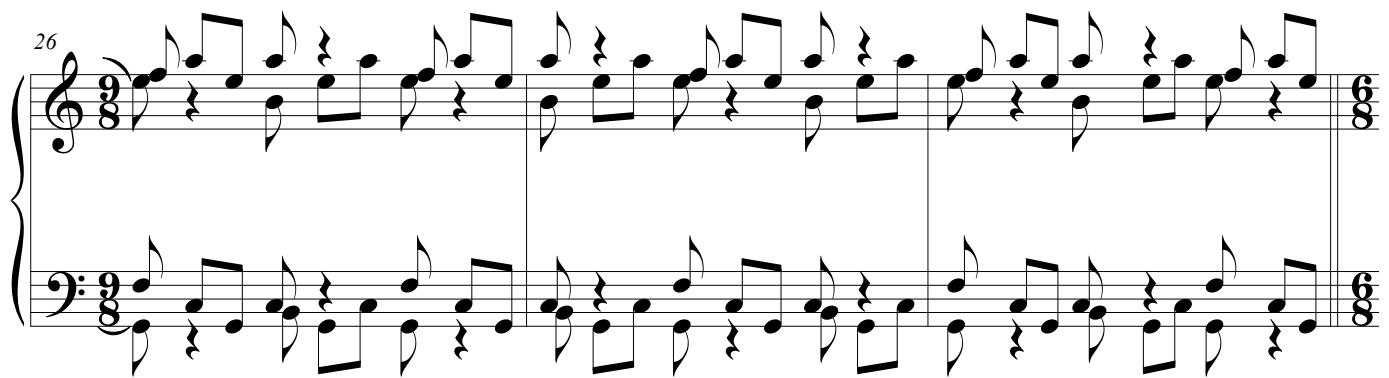
The score is written for piano in 3/8 time. It consists of four systems of two staves each. The first system includes fingerings (1, 3, 5) and accents (>) above notes, with a *simile* marking. The second system continues the pattern with similar markings. The third system starts at measure 10 and features a *simile* marking. The fourth system starts at measure 16 and ends with a double bar line. The piece is characterized by rapid, articulated eighth-note patterns in both hands.

Artikuleret undersætning, små hænder, 3.-5. finger

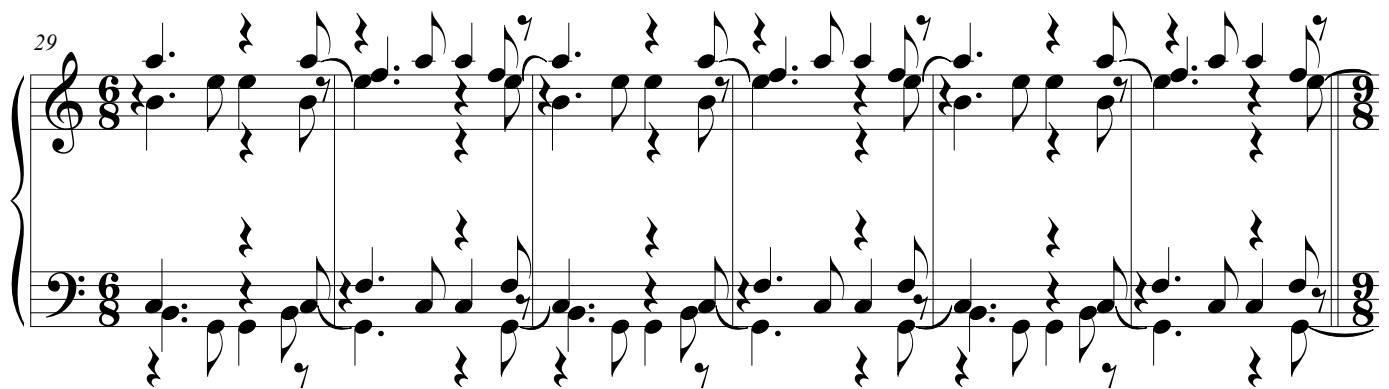
20



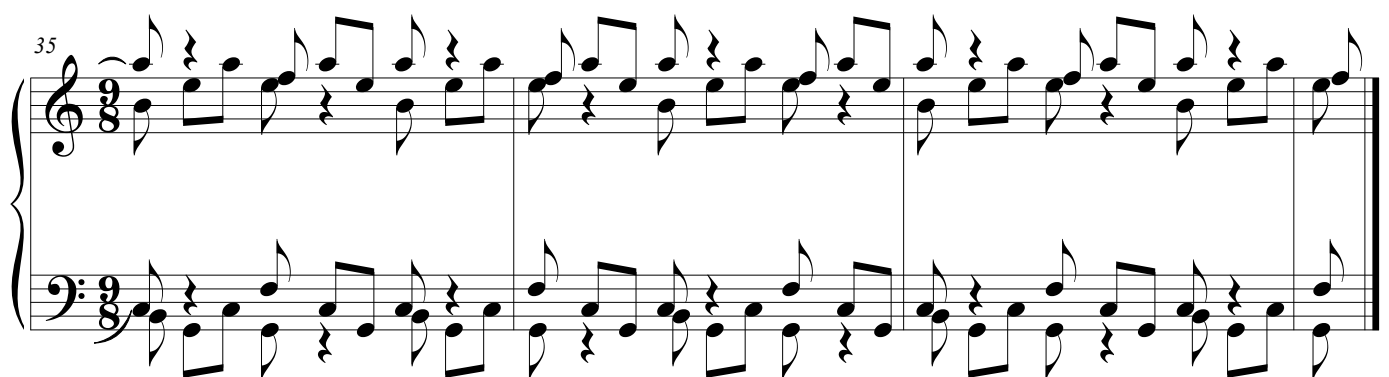
26



29



35



Artikuleret undersætning, små hænder, 4.-5. finger

Jacob Græsholt

The score is written for piano in 3/8 time. It consists of four systems of two staves each. The first system includes fingerings (4, 5, 4, 5, 4, 5, 4, 5) and accents (>) above the notes. The second system starts at measure 7 and includes fingerings (4, 5, 4, 5, 4, 5, 4, 5). The third system starts at measure 10 and the fourth at measure 16. The piece ends with a double bar line at the end of the fourth system.

Artikuleret undersætning, små hænder, 4.-5. finger

20

26

29

35

Artikuleret undersætning, små hænder, dobbeltgreb I

Jacob Græsholt

The musical score is written for piano in 3/8 time. It consists of four systems of two staves each. The first system includes fingerings and accents, with a 'simile' marking above the right staff. The second system also includes fingerings and accents, with a 'simile' marking above the right staff. The third and fourth systems continue the piece without fingerings or accents. The piece ends with a double bar line at the end of the fourth system.

Artikuleret undersætning, små hænder, dobbeltgreb I

20

26

29

35

Artikuleret undersætning, små hænder, dobbeltgreb II

Jacob Græsholt

The score is written for piano in 3/8 time. It consists of four systems of two staves each. The first system includes fingering numbers (1-5) and accents (>) above many notes. The second system includes a 'simile' marking above the right staff. The third and fourth systems continue the piece with various articulations and a final double bar line at the end of the fourth system.

Artikuleret undersætning, små hænder, dobbeltgreb II

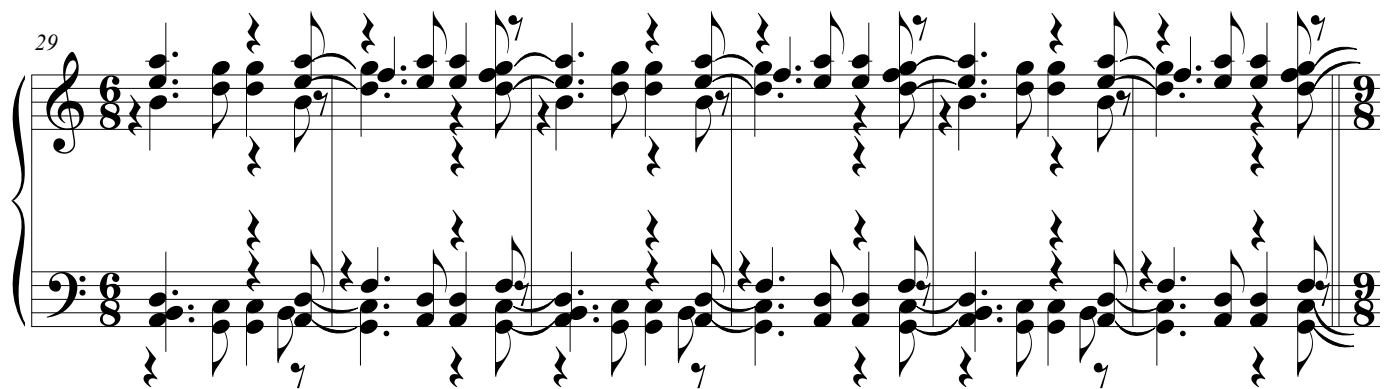
20



26



29



35



Artikuleret undersætning, små hænder, dobbeltgreb III

Jacob Græsholt

The musical score is written for piano and consists of four systems of music. The first system includes fingering numbers (1-5) and accents (>) above the notes. The second system includes a 'simile' marking. The third and fourth systems continue the piece. The score ends with a double bar line.

Artikuleret undersætning, små hænder, dobbeltgreb III

Measures 20-25 of the piece. The music is in 6/8 time and features a complex, articulated accompaniment with many beamed sixteenth notes and triplets. The right hand has a melodic line with many slurs and ties, while the left hand provides a dense harmonic foundation with many beamed notes and triplets.

Measures 26-28 of the piece. The music continues with the same complex, articulated accompaniment. The right hand has a melodic line with many slurs and ties, while the left hand provides a dense harmonic foundation with many beamed notes and triplets.

Measures 29-34 of the piece. The music continues with the same complex, articulated accompaniment. The right hand has a melodic line with many slurs and ties, while the left hand provides a dense harmonic foundation with many beamed notes and triplets.

Measures 35-40 of the piece. The music continues with the same complex, articulated accompaniment. The right hand has a melodic line with many slurs and ties, while the left hand provides a dense harmonic foundation with many beamed notes and triplets.

Legato oversætning, 2.-3. finger

Jacob Græsholt

The musical score is written for piano in 3/4 time. It consists of four systems of music, each with a treble and bass staff. The key signature is one flat (B-flat). The score includes various musical notations such as accents (>), slurs, and fingerings (1, 2, 3). The first system includes a 'simile' marking. The second system starts with a measure number '4'. The third system starts with a measure number '7'. The fourth system starts with a measure number '10' and ends with a double bar line.

Legato oversætning, 2.-4. finger

Jacob Græsholt

Musical score for "Legato oversætning, 2.-4. finger" by Jacob Græsholt. The score is in 3/4 time and consists of four systems of two staves each (treble and bass clef). The music features a series of eighth and quarter notes with fingerings 1, 2, 4, and 1. Above the first system, there are performance markings: '>' above the first measure, a fermata over the second measure, '>' above the third measure, a fermata over the fourth measure, and the word *simile* above the fifth measure. The second system starts with a measure number 4 above the first measure. The third system starts with a measure number 7 above the first measure. The fourth system starts with a measure number 10 above the first measure. The piece ends with a double bar line at the end of the fourth system.

Legato oversætning, 2.-5. finger

Jacob Græsholt

The score is written for piano in 3/4 time. It consists of four systems of two staves each. The first system includes fingerings (1, 2, 5), accents (>), and a 'simile' marking. The second system starts with a measure number '4'. The third system starts with a measure number '7'. The fourth system starts with a measure number '10'. The piece concludes with a double bar line at the end of the fourth system.

Legato oversætning, 3.-4. finger

Jacob Græsholt

The musical score is written for piano in 3/4 time. It consists of four systems of two staves each. The first system includes dynamic markings (>) and articulation marks (smile and frown). The second system includes the marking 'simile'. The third and fourth systems continue the piece. The score features various fingerings (1, 3, 4) and slurs indicating legato phrasing.

Legato oversætning, 3.-5. finger

Jacob Græsholt

The image shows a piano score for a piece titled "Legato oversætning, 3.-5. finger" by Jacob Græsholt. The score is written for piano and consists of four systems of two staves each. The first system includes dynamic markings (>) and articulation marks (smile and frown). The second system starts with a measure number '4'. The third system starts with a measure number '7'. The fourth system starts with a measure number '10' and ends with a double bar line. The music features various fingerings (1, 3, 5) and slurs across the staves.

Legato oversætning, 4.-5. finger

Jacob Græsholt

The musical score is written for piano in 3/4 time. It consists of four systems of two staves each. The first system includes fingerings (1, 4, 5), accents (>), and a 'simile' marking. The second system starts with a measure number '4'. The third system starts with a measure number '7'. The fourth system starts with a measure number '10'. The piece concludes with a double bar line.

Legato oversætning, dobbeltgreb I

Jacob Græsholt

The musical score is written for piano in 3/4 time. It consists of four systems, each with a treble and bass staff. The key signature has one flat (B-flat). The piece is marked with a tempo of 'moderato'. The first system includes dynamics of accent (>) and a 'simile' marking. The second system starts with a measure rest of 4 measures. The third system starts with a measure rest of 7 measures. The fourth system starts with a measure rest of 10 measures. The piece concludes with a double bar line at the end of the fourth system.

Legato oversætning, dobbeltgreb II

Jacob Græsholt

The musical score is written for piano in 3/4 time. It consists of four systems, each with a treble and bass staff. The first system includes dynamic markings (>) and a 'simile' instruction. The notation features complex fingering and double grace notes.

System 1 (Measures 1-3):
 Treble: Measure 1 has a double grace note (4, 2) over a quarter note 1. Measure 2 has a quarter note 4, a quarter note 5, and a quarter note 1. Measure 3 has a double grace note (4, 2) over a quarter note 1, followed by a quarter note 4, a quarter note 1, and a quarter note 3.
 Bass: Measure 1 has a double grace note (1, 4) over a quarter note 2. Measure 2 has a quarter note 1, a quarter note 3, and a quarter note 1. Measure 3 has a double grace note (2, 4) over a quarter note 1, followed by a quarter note 2, a quarter note 1, and a quarter note 3.

System 2 (Measures 4-6):
 Treble: Measure 4 has a double grace note (4, 2) over a quarter note 2, followed by a quarter note 5 and a quarter note 3. Measure 5 has a double grace note (5, 3) over a quarter note 2, followed by a quarter note 5 and a quarter note 3. Measure 6 has a double grace note (4, 2) over a quarter note 2, followed by a quarter note 5 and a quarter note 3.
 Bass: Measure 4 has a double grace note (2, 4) over a quarter note 2, followed by a quarter note 3 and a quarter note 2. Measure 5 has a double grace note (3, 5) over a quarter note 2, followed by a quarter note 3 and a quarter note 2. Measure 6 has a double grace note (3, 5) over a quarter note 2, followed by a quarter note 3 and a quarter note 2.

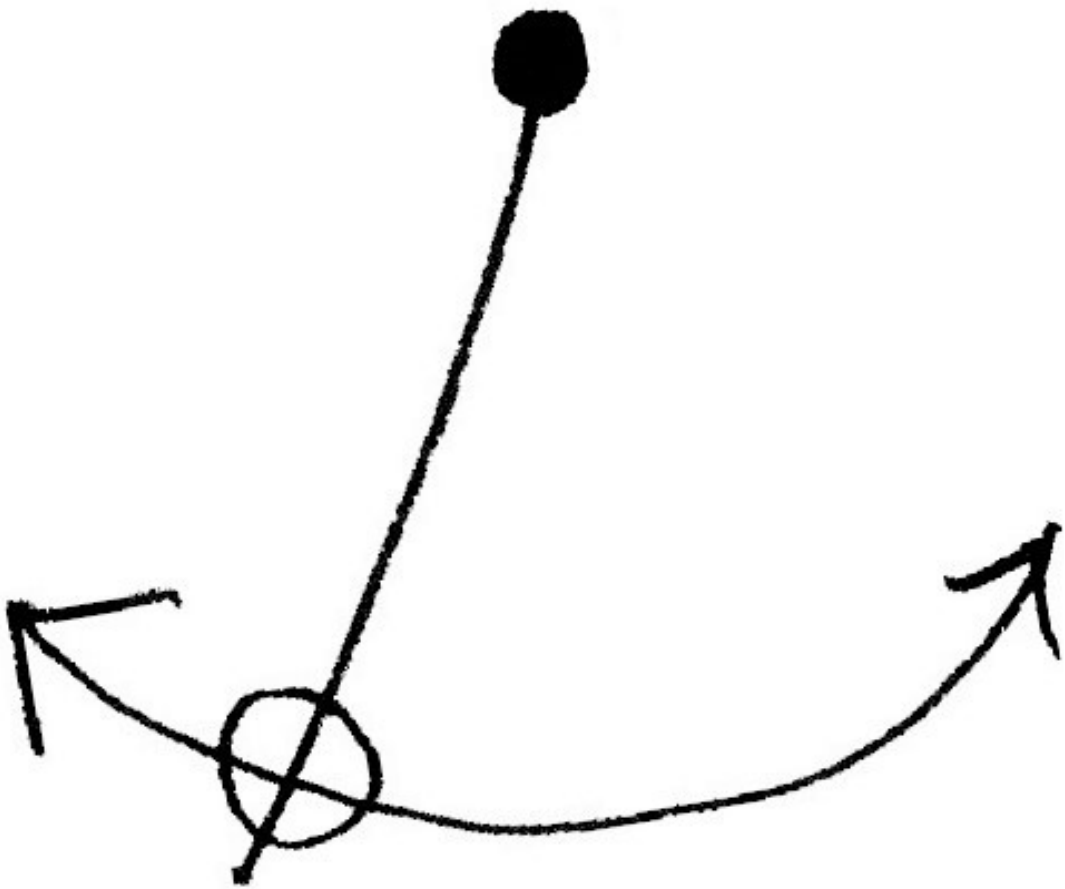
System 3 (Measures 7-9):
 Treble: Measure 7 has a double grace note (5, 3) over a quarter note 2, followed by a quarter note 4 and a quarter note 3. Measure 8 has a double grace note (4, 2) over a quarter note 2, followed by a quarter note 5 and a quarter note 3. Measure 9 has a double grace note (4, 2) over a quarter note 2, followed by a quarter note 5 and a quarter note 3.
 Bass: Measure 7 has a double grace note (3, 5) over a quarter note 2, followed by a quarter note 3 and a quarter note 2. Measure 8 has a double grace note (3, 5) over a quarter note 2, followed by a quarter note 3 and a quarter note 2. Measure 9 has a double grace note (3, 5) over a quarter note 2, followed by a quarter note 3 and a quarter note 2.

System 4 (Measures 10-12):
 Treble: Measure 10 has a double grace note (4, 2) over a quarter note 2, followed by a quarter note 5 and a quarter note 3. Measure 11 has a double grace note (5, 3) over a quarter note 2, followed by a quarter note 5 and a quarter note 3. Measure 12 has a double grace note (5, 3) over a quarter note 2, followed by a quarter note 5 and a quarter note 3.
 Bass: Measure 10 has a double grace note (3, 5) over a quarter note 2, followed by a quarter note 3 and a quarter note 2. Measure 11 has a double grace note (2, 4) over a quarter note 2, followed by a quarter note 3 and a quarter note 2. Measure 12 has a double grace note (2, 4) over a quarter note 2, followed by a quarter note 3 and a quarter note 2.

Legato oversætning, dobbeltgreb III

Jacob Græsholt

The musical score is written for piano in 3/4 time. It consists of four systems of music, each with a treble and bass staff. The first system includes dynamic markings (>) and a 'simile' instruction. Fingering numbers (1-5) are provided for all notes. The piece ends with a double bar line at the end of the fourth system.



Artikuleret oversætning, 2.-3. finger

Jacob Græsholt

The score is written for piano and consists of four systems of music. The first system (measures 1-6) features a treble and bass staff with a 3/4 time signature. The second system (measures 7-10) has a 3/4 time signature and includes triplets and accents. The third system (measures 11-16) has a 3/4 time signature and includes triplets and accents. The fourth system (measures 17-20) has a 3/4 time signature and includes triplets and accents. The score is written for piano and includes fingering numbers (1, 2, 3) and dynamic markings (accents, simile).

Artikuleret oversætning, 2.-3. finger

21

21 22 23 24 25 26

27

27 28 29 30

31

31 32 33 34 35 36

37

37 38 39 40

Artikuleret oversætning, 2.-4. finger

Jacob Græsholt

The score is written for piano in 3/4 time. It consists of four systems of music. The first system (measures 1-6) features a treble and bass staff with a 3/4 time signature. Above the staff, there are six accents (>) and the word 'simile'. The second system (measures 7-10) continues the piece, with a 3/4 time signature and a 'simile' marking at the end. The third system (measures 11-16) also continues the piece, with a 3/4 time signature. The fourth system (measures 17-20) concludes the piece, with a 3/4 time signature. The score includes various musical notations such as notes, rests, and fingerings (1, 2, 3, 4).

Artikuleret oversætning, 2.-4. finger

21

27

27

31

31

37

37

41

Artikuleret oversætning, 2.-5. finger

Jacob Græsholt

The score is written for piano and consists of four systems of two staves each. The first system is marked 'simile' and the second system is marked 'simile'. The score includes various musical notations such as notes, rests, and fingerings.

System 1 (Measures 1-6): The first staff has a treble clef and a key signature of one flat. The second staff has a bass clef and a key signature of one flat. The time signature is 3/4. The first staff has a 'simile' marking above the first measure. The second staff has a 'simile' marking below the first measure.

System 2 (Measures 7-10): The first staff has a treble clef and a key signature of one flat. The second staff has a bass clef and a key signature of one flat. The time signature is 3/4. The first staff has a 'simile' marking above the first measure. The second staff has a 'simile' marking below the first measure.

System 3 (Measures 11-16): The first staff has a treble clef and a key signature of one flat. The second staff has a bass clef and a key signature of one flat. The time signature is 3/4. The first staff has a 'simile' marking above the first measure. The second staff has a 'simile' marking below the first measure.

System 4 (Measures 17-20): The first staff has a treble clef and a key signature of one flat. The second staff has a bass clef and a key signature of one flat. The time signature is 3/4. The first staff has a 'simile' marking above the first measure. The second staff has a 'simile' marking below the first measure.

Artikuleret oversætning, 2.-5. finger

21

21 22 23 24 25 26

27

27 28 29 30

31

31 32 33 34 35 36

37

37 38 39 40

Artikuleret oversætning, 3.-4. finger

Jacob Græsholt

The score is written for piano in 3/4 time. It consists of four systems of music. The first system (measures 1-6) features a treble and bass staff with a 3/4 time signature. The second system (measures 7-10) includes triplets and a 'simile' marking. The third system (measures 11-16) continues the melodic and harmonic development. The fourth system (measures 17-20) concludes the piece with a final cadence. Fingerings (1, 3, 4) and accents (>) are clearly marked throughout the score.

Artikuleret oversætning, 3.-4. finger

21

27

31

37

Artikuleret oversætning, 3.-5. finger

Jacob Græsholt

The score is written for piano and consists of four systems of music. The first system (measures 1-6) features a treble and bass staff with a 'simile' instruction. The second system (measures 7-10) includes triplets and a 'simile' instruction. The third system (measures 11-16) continues the melodic and harmonic development. The fourth system (measures 17-20) concludes the piece with a final cadence. The score includes various musical notations such as notes, rests, and fingerings.

[illegible]

Jacob Græsholt

simile

simile

simile

simile

Artikuleret oversætning, 4.-5. finger

21

26

27

30

31

36

37

40

7

simile

11

3/4

1 2 3 4 5

2 3 4 5

1 2 3 4 5

3 2

[illegible]

Artikuleret oversætning, dobbeltgreb I

21

21

27

27

31

31

37

37

Artikuleret oversætning, dobbeltgreb II

Jacob Græsholt

simile

simile

Artikuleret oversætning, dobbeltgreb II

21

Measures 21-26. Treble staff: measures 21-26 contain chords with fingerings 1-3, 2, 4, 3, 2, 4, 3. Bass staff: measures 21-26 contain chords with fingerings 1-2-3, 4-5, 2-3-4, 5, 2-3-4, 5, 2-3-4, 5.

27

Measures 27-30. Treble staff: measures 27-30 contain chords with fingerings 1-3, 2, 4, 3, 2, 4, 3, 2. Bass staff: measures 27-30 contain chords with fingerings 1-2-3, 4-5, 2-3-4, 5, 2-3-4, 5, 2-3-4, 5.

31

Measures 31-36. Treble staff: measures 31-36 contain chords with fingerings 1-3, 2, 4, 3, 2, 4, 3, 2. Bass staff: measures 31-36 contain chords with fingerings 1-2-3, 4-5, 2-3-4, 5, 2-3-4, 5, 2-3-4, 5.

37

Measures 37-40. Treble staff: measures 37-40 contain chords with fingerings 1-3, 2, 4, 3, 2, 4, 3, 2. Bass staff: measures 37-40 contain chords with fingerings 1-2-3, 4-5, 2-3-4, 5, 2-3-4, 5, 2-3-4, 5.

Artikuleret oversætning, dobbeltgreb III

Jacob Græsholt

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20

simile

simile

Artikuleret oversætning, dobbeltgreb III

21

27

31

37