

Wieshalla Technik Motorische Grundlagen!

Das Laufen, die Abfolge der Finger !

Dieses Training richtet sich an unser **Bewegungsabfolge-Gedächtnis**.
Die Abfolge der Finger, die Zugehörigkeit der Muskel, zu den einzelnen Fingern muss eindeutig
in unserem Gehirn (Bewegungsabfolge-Gedächtnis.) verankert werden.

Hierbei ist auf **das Hintereinander der Finger** zu achten.
Dabei ist es sehr wichtig, dass kein Finger liegenbleibt.

Sogar große Bewegungen sind am Anfang normal und richtig –
es geht um die Klärung, die Verankerung der Reihenfolge der benutzten Muskel,
unser Gehirn braucht da Eindeutigkeit.

Eindeutige Informationen an unser Gehirn sind für den Erfolg Grundbedingung!

KEINE FINGER LIEGEN LASSEN!

Die Abfolge des 1. und 2. Finger trainieren!

Gitarre

T
A
B

Die Abfolge des 2. und 3. Finger trainieren!

7

Git.

Die Abfolge des 3. und 4. Finger trainieren!

13

Git.

Die Abfolge des 1. und 3. Finger trainieren!

19

Git.

25 Die Abfolge des 2. und 4. Finger trainieren!

Git.