Rörfonation - förslag på övningsschema:

Det är bra om du övar 4-5 ggr/dag, ca 1,5-2 min per gång. Ha som vana att alltid börja övningen med att värma upp med steg 1 (HO i röret). Gå vidare ett steg i taget i den takt du känner att du behärskar övningarna. Det kan vara lagom att du tar dig an ett nytt steg/vecka.

Steg 2:

- HO i röret (som i steg 1).
- HOBBO. Dra ut på ”b-ljudet”, känn att struphuvudet sänks.

Steg 3:

- HO
- HOBBO
- Glissando uppåt några tonsteg
- Glissando nedåt några tonsteg
- Gå successivt längre uppåt/nedåt i ditt omfång. Förslagsvis kan du vid något övningstillfälle sträva nedåt, och vid annat tillfälle gå uppåt.

Steg 4:

- HO
- HOBBO
- Glissando uppåt och/eller nedåt.
- HO i olika tonhöjder.

Lycka till!