

AKADEMIE MÚZICKÝCH UMĚNÍ V PRAZE

HUDEBNÍ A TANEČNÍ FAKULTA

Hudební umění

Hra na lesní roh

Každodenní nátisková hygiena pokročilého hráče na lesní roh II.díl

MAGISTERSKÁ PRÁCE

Kateřina Javůrková

Vedoucí práce: o.as. Radek Baborák

Oponent práce: doc. Zdeněk Divoký, Ph.D.

Datum obhajoby: 7. června 2016

Přidělovaný akademický titul: MgA.

Praha 2016

ACADEMY OF PERFORMING ARTS IN PRAGUE

MUSIC AND DANCE FACULTY

Musical Arts

French Horn Playing

MAGISTER THESIS

**DAILY EMBOUCHURE HYGIENE FOR ADVANCED FRENCH HORN
PLAYERS - PART 2**

Kateřina Javůrková

Supervisor: o.as. Radek Baborák

Examiner: doc. Zdeněk Divoký, Ph.D.

Date of Graduate: 7 June 2016

Academic Degree: MgA.

Prague 2016

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem magisterskou práci na téma

Každodenní nátisková hygiena pokročilého hráče na lesní roh II.díl

vypracovala samostatně pod odborným vedením vedoucího práce a s použitím uvedené literatury a pramenů.

Praha, dne

.....

podpis studenta

Upozornění

Využití a společenské uplatnění výsledků diplomové práce, nebo jakékoliv nakládání s nimi je možné pouze na základě licenční smlouvy tj. souhlasu autora a AMU v Praze.

Evidenční list

Souhlasím s tím, aby moje bakalářská práce byla půjčována k prezenčnímu studiu v Knihovně Akademie múzických umění v Praze.

Praha, dne

.....

podpis studenta

Uživatel stvrzuje svým podpisem, že tuto práci použil pouze ke studijním účelům a prohlašuje, že ji vždy řádně uvede mezi použitými prameny.

Jméno	Instituce	Datum	Podpis

ABSTRAKT

Tato práce se zabývá procesem rozehrávání se na lesní roh pro již pokročilého hráče. Důkladné a smysluplné rozehrávání by mělo být něco tak samozřejmého jako je například čištění zubů, proto jej nazývám nátiskovou hygienou. Měla by být pomůckou pro každého hráče, který zatím nemá vytvořený svůj vlastní rozehrávací systém a inspirací pro všechny ostatní, kteří by chtěli osvěžit svůj každodenní rituál. V této práci najdete denní cvičení pro rozšíření rozsahu, zrychlení jazyka, pružnost nátisku, která mi věnovalo několik známých českých a zahraničních profesionálních hornistů.

ABSTRACT

This study investigates the warm up process of an advanced french horn player. Through and meaningful warm up should be as natural as brushing teeth that is why I call it hygiene. Above all, this study should be a tool for every player who hasn't created his own system of warm up and inspiration for everyone else who wants to refresh his daily warm up routine. In this study you will find daily exercises for widening the range, tongue speed, embouchure flexibility, which I recieved by several professional horn players.

OBSAH

Úvod	1
1. Jak se rozehrávají profesionální hráči na lesní roh	3
1. Ondřej Vrabec.....	5
2. Petr Hernych.....	7
3. Zdeněk Divoký.....	16
4. Jana Švadlenková.....	18
5. Christopher Smith.....	22
6. Michal Emanovský.....	28
7. Petr Duda.....	32
8. Přemysl Vojta.....	37
9. Jindřich Kolář.....	40
Závěr	44

Úvod

Stejně tak jako mají sportovci svůj strečink, sérii zahřívacích cviků, které svaly připraví na trénink, závod či zápas, mají i hudebníci svoje rozehrávání. Rozehrávání je ta nejdůležitější část hraní na žesťový nástroj, připraví nás na následující cvičení etud, přípravě přednesů, celodenní zkoušku v orchestru, na koncert. Dobře se před prací rozehrát, by mělo být stejně tak automatické, jako jít si ráno vyčistit zuby. Proto tuto činnost nazývám tzv. nátiskovou hygienou. Každý z nás má svůj vlastní způsob rozehrávání, který je právě pro něj ten nejlepší a co vyhovuje jednomu, nemusí vyhovovat druhému. Někdo se poctivě rozehrává hodinu denně, jinému stačí deset minut. Nedá se proto sepsat univerzální sborník cvičení, která jsou “ta” správná. Moje práce by měla pomoci těm, kteří ten svůj správný způsob stále hledají a nasměrovat je k jejich vlastnímu rozehrávacímu rituálu.

V prvním dílu této práce, která byla zároveň mou bakalářskou prací, jsem se věnovala pouze mému vlastnímu přístupu k rozehrávání a přípravě nátisku vůbec. Seznámila jsem vás také se cvičeními dechovými a do not jsem zaznamenala všechna cvičení, která pravidelně praktikuji. Často se setkávám s podivem mých kolegů z České filharmonie a jiných hornistů, kteří se udivují mému způsobu rozehrávání, někteří jej uznávají, někteří zavrhnou. Má zvědavost mne tedy navnadila k napsání druhého dílu “Každodenní nátiskové hygieny pokročilého hráče na lesní roh”, ve kterém vás seznámím se způsoby, jakými se rozehrávají právě moji kolegové, hráči na lesní roh na té nejvyšší úrovni.

Při psaní této práce jsem nečerpala z žádných vytištěných zdrojů, všechna cvičení a informace o nich jsem získala pouze ústní cestou, při rozhovorech právě s kolegy jako je například Ondřej Vrabc, Přemysl Vojta, Jindřich Kolář a mnoho dalších. Ti všichni byli tak laskaví, že si na mne udělali chvíli, aby mi odpověděli na pět otázek týkajících se rozehrávání a udržování nátisku ve formě, zahráli mi svá nejoblíbenější cvičení a já jsem následně vše převedla do elektronické podoby, abych se mohla o tyto zajímavé zkušenosti podělit s ostatními hráči na lesní roh.

Již nyní mám z této práce radost, neboť mnoho z oslovených hornistů se na výsledek tohoto průzkumu těší a zároveň jsou rádi, že i jejich rozehrávací cvičení budou konečně zapsány do not. Stejně tak jako já ty své “rozehrávačky”, je i oni celá ta léta nosí pouze v hlavě. Tedy doufám, že nejen pro mne, ale i pro všechny studenty a profesory, bude tato práce přínosem.

1. Jak se rozehrávají profesionální hráči na lesní roh

Nyní již hlavní téma mé práce. V následujících podkapitolách Vás seznámím s metodikou rozehrávání všech oslovených hráčů na lesní roh. Pozvání zúčastnit se na mém projektu přijali:

Sólohornista České filharmonie Ondřej Vrabec

Hornista Symfonického orchestru hl.m. Prahy FOK Petr Hernych

Hornista České filharmonie Zdeněk Divoký

Sólohornistka Symfonického Orchestru Českého rozhlasu Jana Švadlenková

Profesor z Univerzity Texasu Christopher Smith

Sólohornista filharmonie v Soulu Michal Emanovský

Hornista České filharmonie Petr Duda

Sólohornista Symfonického orchestru WDR v Kolíně nad Rýnem Přemysl Vojta

Hornista České filharmonie Jindřich Kolář

Všichni, kteří se mnou na této práci spolupracovali jsou moji kolegové a přátelé. Každého z nich více nebo méně často sama slyším rozehrávat, ale většinou Vás nenapadne se na jejich vlastní rozehrávání nějakým způsobem soustředit či je více poslouchat. Proto jsem velice ráda, že mi věnovali svůj čas, abych vše mohla pro Vás, ale samozřejmě také pro sebe, zaznamenat a vytvořit tak unikátní sborník inspirativních cvičení.

Každého z nich jsem se zeptala na následující otázky:

1. Proč je podle Vás nutné se rozehrávat?
2. Kolik času denně strávíte rozehráváním?
3. Máte stejný způsob rozehrávání každý den?
4. Kde jste čerpal inspiraci pro rozehrávací cvičení?
5. Máte i jiný způsob, jak udržujete nátisk ve formě?

Každý z nich odpovídal individuálně, bez sebemenšího ovlivňování názorem ostatních. Někteří se rozpovídali více, jiní nám poskytli pouze stručné odpovědi. U některých máme k dispozici mnoho cvičení, u jiných méně nebo vůbec žádná. Některá cvičení se samozřejmě opakovala, mnoho z nich vychází ze stejné metodiky, proto jsem vybrala pouze nová a zajímavá cvičení. U každého cvičení se Vám stejně jako v prvním díle mé práce pokusím krátce vysvětlit proč je dobré toto cvičení hrát, případně na co si během hraní dát pozor.

Předpokládám, že většinu z oslovených hráčů všichni velmi dobře znáte, nicméně věnuji každému malý odstavec na představení, ne však žádný dlouhý životopis, který si můžeme najít na internetu. Ráda bych každého představila lehkou neformální cestou i s osobním pohledem

1. Ondřej Vrabc

Ondřej Vrabc je sólohornistou České filharmonie od svých 17-ti let a možná proto po absolvování Pražské konzervatoře u prof. Bedřicha Tylšara již dále nepokračoval ve studiu lesního rohu na vysoké škole. Na lesní roh začal hrát na Základní umělecké škole v Sezimově Ústí. Již během studia na konzervatoři se začal zajímat o dirigování, ve kterém se stal tak úspěšným, že v České filharmonii nyní působí i na pozici asistenta šéfdirigenta Jiřího Bělohlávka. V současné době tedy kombinuje zaměstnání v České filharmonii, příležitostné sólové hraní a čím dál častější dirigentské projekty. Je také vyhledávaným pedagogem, především na masterclass v Japonsku. Hraje také v komorním ansáblu PhilHarmonia Oktet, je vášnivým someliérem a pěstitelem pálivých papriček.

Mám radost, že na mé otázky odpovídal velmi rozsáhle, avšak nemáme k dispozici žádné jeho konkrétní rozehrávací cvičení, jelikož se Ondřej každý den rozehrává naprosto odlišně, přesně podle potřeb, které momentálně cítí. Více se dozvíte v následujícím rozhovoru.

1) Proč je podle Vás nutné se rozehrávat?

Svalstvo retní, krční, hrudní a též bránice nejsou v běžném provozu lidského těla obvykle ve stádiu plné připravenosti na zátěž a nároky, jaké si žádá hra na žesťový nástroj. Je tedy nutné je rozhýbat, zahrát a nastavit. Je to stejné, jako když se sportovec před tréninkem protahuje a rozehřívá. Tělo je pak na zátěž lépe připraveno a minimalizuje se riziko poranění.

2) Kolik času denně strávíte rozehráváním?

To závisí na aktuálním stavu výše popsaných součástí mého těla. V běžném provozu, pokud hraji v orchestru denně a s dostatečnou zátěží, mi stačí cca 10-15 minut.

3) Máte stejný způsob rozehrávání každý den?

V žádném případě! Rozehrávání připodobňuji k rutinní předletové kontrole letadla kapitánem - je potřeba obhlédnout stroj, jestli někde neupadlo kolo, odstranit zmrazky na křídlech a čidlech, zahřát olej v motorech a odstranit možné drobné závady, které skutečně brání bezpečnému vzletu. Žádná společnost si nemůže dovolit poslat před každým letem letadlo na celkovou generálku. Tedy ani já si nemohu dovolit marnit čas přehráváním prvků, které nezohledňují aktuální stav mých herních mechanismů. Takto stupidně jsem cvičil pouze jako konzervatorista a byl to úplně zbytečně promarněný čas, který mi už nikdo nevrátí. Dnes se u sebe i studentů striktně zaměřuji přímo na odstraňování problému, proto žádné mé rozehrávání není stejné, i když při něm zpravidla postupuji po určité ose. Kapitán své letadlo též obchází v naučeném pořadí, aby nedopatřením nevynechal kontrolu žádného zásadního elementu. Kde je vše v pořádku, tam se však zbytečně nezdržuje. Vše musí být co nejefektivnější a nejrychlejší.

Postup při denní kontrole nátisku:

- 1) rezonance rtu (obvykle par minut "bzučím" na nátrubek)
- 2) schopnosti modelování jazyka a měkkých tkání čelisti a krku, zásadní pro tvorbu barvy, síly zvuku a intonace
- 3) rozdýchání (zpravidla vůbec není třeba)

Body 2 a 3 cvičení vyřeší současně, není v tom obecně žádná magie. Techniky a cvičení si vymyslím dle potřeby, lze využít i vhodné etudy. Hlavní je poslouchat svůj zvuk a dostat jej barevně tam, kde má být. Pokud tóny správně spouští a mají spektrální rovnováhu, není dále důvod marnit čas hraním zbytečných cvičení. Zvuk je tím signálátorem, který oznámí, že veškeré nastavení bylo správně dokončeno.

4) Kde jste čerpal inspiraci pro rozehrávací cvičení?

Nikde. Šiji je na míru sobě i svým studentům. Učím je, aby si techniky a cvičení sami vytvářeli a řešili konkrétní problémy, či ještě lépe jim předem předcházeli. V pedagogické praxi nelze dosáhnout lepších výsledků, než individuálním přístupem a kreativitou. Každý z nás je jiný a má jiné nároky a potřeby. To nemůže žádná školní předepsaná osnova pokrýt. Chvala Bohu, že se těmito věcmi již nemusím zabývat.

5) Máte i jiný způsob, jak udržujete nátisk ve formě?

Odpočinkem. Bez toho bych těžko mohl dělat své oba obory současně. Pokud nehraji v České filharmonii, nebo nemám aktuálně jiné hornové aktivity, uložím vždy lesní roh do skříně. Před nástupem na další projekt potom cca 8-14 denním intenzivním programem dostanu svou hru tam, kde ji potřebují mít a dokonale mi to takto vyhovuje. Jediné, co je mi líto, že jsem na to nepřišel dříve. Že jsem přehrával někým doporučená rozehrávací cvičení a obecně neustále cvičil bez indikace...

Děkuji Ondřejovi Vrabcovi, že se se mnou podělil o tyto zajímavé názory. Jak z rozhovoru vyplynulo, nemáme tedy od Ondřeje k dispozici žádná konkrétní cvičení. Je to pro mne ale velice zajímavá filosofie a vlastně takový ideál, jak se naučit pracovat do budoucna. Nyní jsem však ve fázi, kdy rozehrávání považuji za nezbytně nutné, byť to může být pouze psychickou záležitostí.

2. Petr Hernych

Petr Hernych je hornistou Symfonického orchestru hlavního města Prahy FOK. Lesní roh vystudoval na Pardubické konzervatoři u prof. Oty Tvrdeho. Nyní působí jako kantor na Pražské konzervatoři. Sám přiznává, že jeho začátky nebyly snadné, dlouhou dobu pátral po správném nátisku a způsobu cvičení. Vše se zlomilo až v pátém ročníku konzervatoře, kdy se seznámil s klady a zápory tzv. suchého a mokrého nátisku. Když tehdy přešel na tzv. mokrý nátisk, všechny problémy se

vyřešily a krátce na to dosáhl mnoha úspěchů. V roce 1987 získal spolu s Kerry Turnerem 3.cenu na soutěži Pražské jaro a zároveň se stal sólohornistou Symfonického orchestru hl.m. Prahy FOK, kde působí dodnes. Petr se mi svěřil se svými natiskovými problémy kolem roku 1998, které mu pravděpodobně způsobila přemíra cvičení s tzv. cvičící sordinou. V roce 2002 začal vyučovat na Pražské konzervatoři a práce s mladými lidmi, jejich názory a uvažování, jej začalo skutečně bavit. Sólové hraní tehdy odložil na vedlejší kolej a i díky vyučování a zkoumání studentů vyřešil své vlastní nátiskové problémy. Jeho jediným krédem je, aby jeho studenti po ukončení studia dostali zaměstnání v orchestrech, a to se mu daří.

1) Proč je podle Vás nutné se rozehrávat?

Myslím, že stejně, jako sportovec před zátěží, tak i hráč na žesťový nástroj musí svaly "rozehřát" a připravit na práci. Vnímám ale rozehrávání i jako komplex cvičení, při kterých se každý den stávám začátečníkem a snažím se fixovat správné návyky - především dýchání, nasazení, zvuk - tzv.rozeznění tónu - a legáta. Snažím se být velice pečlivý a třeba při prvním cvičení sledovat jazyk, aby měl stále stejný krok a každý tón naskakoval úplně stejně. U všech dalších cvičení je vždy něco konkrétního, na co se soustředím. Možná je rozehrávání pro mě i jistý rituál. V přesvědčení o jeho nutnosti mě vždycky zviklá setkání s Janem Vobořilem či Zuzanou Ržounkovou, sám bych ale jejich několika vteřinový způsob rozehrávání nezvládl.

2) Kolik času denně strávíte rozehráváním?

Celkem mi rozehrávání denně zabere asi 20 minut.

3) Máte stejný způsob rozehrávání každý den?

Tato má cvičení, která hraji, dávám i žákům ve škole. Nelpím dogmaticky na tom, aby je striktně dělali, pokud ale vidím nějaký konkrétní problém, snažím se je přimět zaměřit se na nějaké vhodné cvičení; pokud není v tomto výběru, který

považuji za takovou hlavní kostru, pokusím se vymyslet něco jiného. Každý den hraji cvičení č. 1 - č. 5, ale ne úplně stejně. Někdy jdu v rozsahu rychleji, jindy, hlavně, když jsem více unavený, hraji více dolů a nahoru se vydávám pomaleji. Z ostatních cvičení si vybírám; v poslední době častěji hraji cvičení č. 7 a č. 9.

4) Kde jste čerpal inspiraci pro rozehrávací cvičení?

Úplně přesně si nepamatuji, jak jsem se k těm cvičením dostal. Myslím, že u cvičení č. 1 mě kdysi inspiroval Petr Duda názorem, že u začátečníků je dobré spouštět tón bez jazyka - abychom vynechali "berličku", která tón "nakopne". Poměrně často tím šly vyřešit problémy se spouštěním a nasazením tónu u začínajících studentů; když se rty rozechvějí při minimálním impulzu vzduchu, je to dobré znamení a nasazování pak většinou nedělá problém. Cvičení č. 5 jsem snad slyšel hrát Přemysla Vojtu, cvičení č.7 jsem si možná vymyslel kvůli kombinaci legát a nasazování. Cvičení č. 9 se mi líbilo, když něco podobného hráli houslisté - je dobré, že v chromatických postupech se pak musí hodně přemýšlet.

5) Máte i jiný způsob, jak udržujete nátisk ve formě?

Vždycky jsem toužil po tom, abych si udržel nátisk ve formě bez cvičení, ale nikdy se mi to nepovedlo. Jednou mi svítila naděje, když jsem vedl rozhovor s Tomášem Krejbichem, který měl vizi, jak cvičit více hlavou, než vlastním hraním, ale protože jsem to nepochopil, nemůžu to tak dělat.

Děkuji Petru Hernychovi za další zajímavé poznatky. Jeho cvičení jsou mi blízka a zároveň i jeho způsob uvažování. Na následující stránce máme k dispozici několik cvičení, která Petr praktikuje téměř denně. Všechna cvičení jsou napsaná v C Dur, ale podle potřeby je můžeme ztransponovat i do jiných tónin.

Cvičení č.1

(♩=80)
1. tón bez nasazení jazyka

simile

Cvičení č.2

(♩=100)

Legato - staccato
p-f

Legato - staccato
p-f

pokračuj chromaticky v tomto rozsahu

Cvičení č.3

(♩=80)

ff *pp* *simile*

This musical exercise consists of four staves. The first staff begins with a tempo marking of quarter note = 80. It contains two measures of music, each featuring a triplet of eighth notes. The first measure is marked *ff* and the second *pp*. The second staff continues with two measures of triplet eighth notes, also marked *pp*. The third staff is marked *simile* and contains two measures of triplet eighth notes. The fourth staff contains two measures of triplet eighth notes, concluding the exercise with a double bar line.

Cvičení č.4

(♩=80)

This musical exercise consists of four staves. The first staff begins with a tempo marking of quarter note = 80. It contains two measures of music, each featuring a slur over a quarter note followed by an eighth note. The second staff continues with two measures of music, each featuring a slur over a quarter note followed by an eighth note. The third staff contains two measures of music, each featuring a slur over a quarter note followed by an eighth note. The fourth staff contains two measures of music, each featuring a slur over a quarter note followed by an eighth note, concluding the exercise with a double bar line.

Cvičení č.5

(♩=110)

The image displays a musical score for exercise 5, consisting of 11 staves of music. The tempo is marked as quarter note = 110 (♩=110). The score is written in a single system with 11 staves. The music features a variety of rhythmic patterns, including eighth and sixteenth notes, and rests. There are several slurs and accents throughout the piece, indicating phrasing and emphasis. The key signature is one flat (B-flat), and the time signature is 4/4. The notation includes various articulations such as slurs, accents, and dynamic markings.

Cvičení č.6

(♩=130)

Cvičení č.7

(♩=120) Legato - staccato

Cvičení č.8

(♩=100)

The musical score consists of 12 staves. The tempo is marked as quarter note = 100. The music is written in treble clef. The key signature starts in C major, changes to G major (one sharp), then to D major (two sharps), and finally to A major (three sharps). The exercise features a sequence of eighth notes with accents, followed by groups of eighth notes beamed together, and then groups of eighth notes with slurs and accents. The exercise is designed to improve finger dexterity and rhythmic precision.

Cvičení č.9

(♩=160)

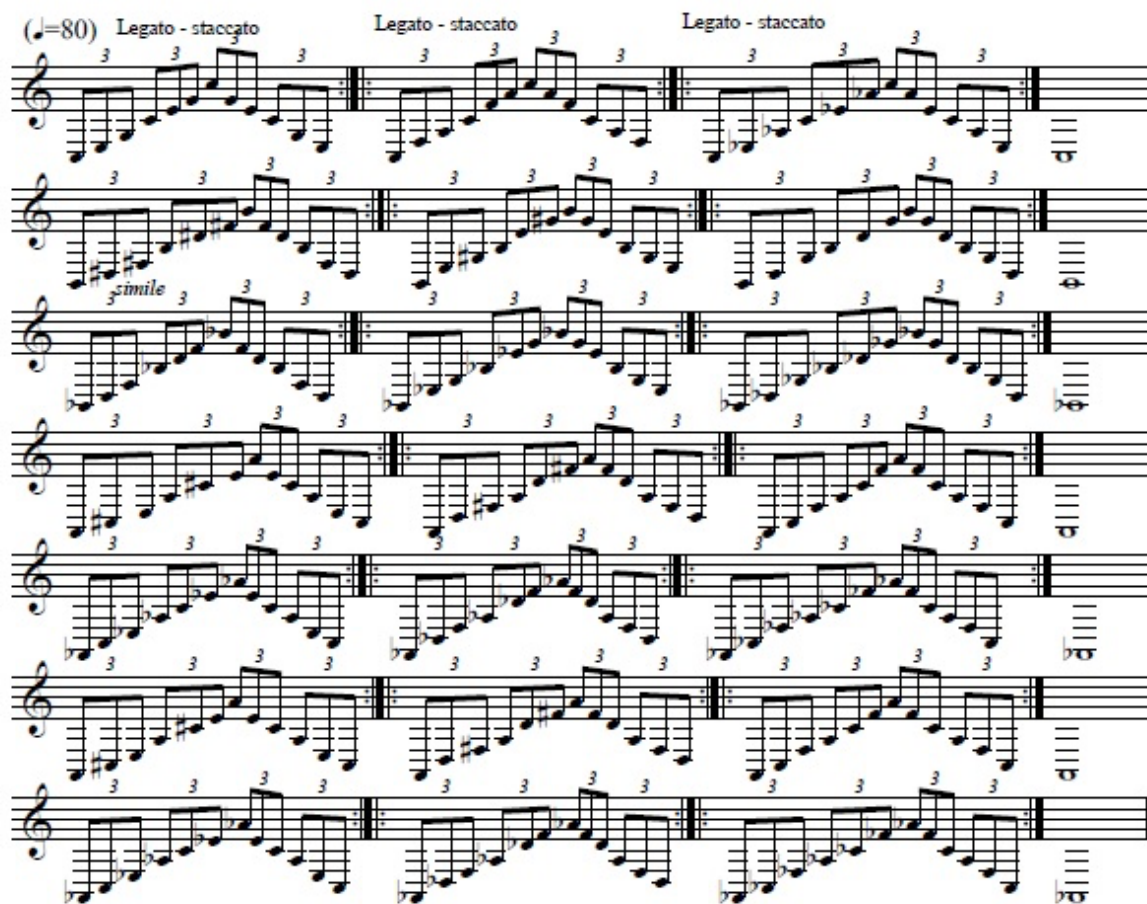


Legato - staccato

Pokračuj chromaticky sestupně

Cvičení č.10

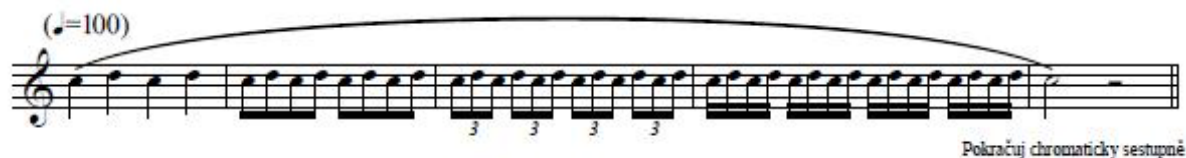
(♩=80) Legato - staccato Legato - staccato Legato - staccato



simile

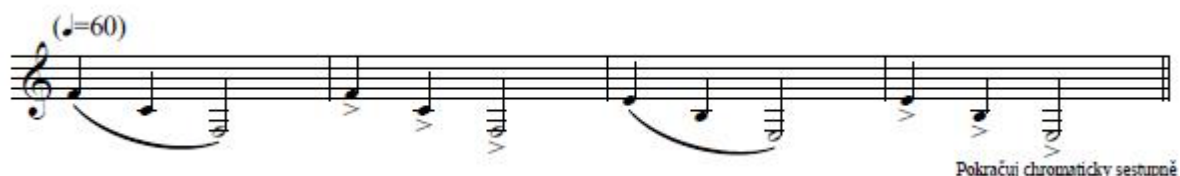
Cvičení č.11

(♩=100)



Pokračuj chromaticky sestupně

Cvičení č.12



3. Zdeněk Divoký

Zdeněk Divoký je hornistou ve skupině lesních rohů České filharmonie. Hru na lesní roh studoval na brněnské konzervatoři a JAMU u prof. Františka Šolce. Od roku 1973 působil jako první hornista ve Státní filharmonii v Brně a od roku 1979 je členem České filharmonie. Je laureátem soutěží v Mnichově, Markneukirchenu a soutěže Pražské jaro. Spolupracoval s řadou nahrávacích společností jako je Supraphon, Hänssler, Pony Canyon a Naxos. Za doprovodu Českého komorního orchestru natočil sólové CD Koncerty pro lesní roh Antonia Rosettiho. Zdeněk Divoký se specializuje na hru na přirozený lesní roh, v tomto oboru získal roku 2006 titul Ph.D. V současné době působí jako pedagóg na Akademii múzických umění v Praze a Pražské konzervatoři.

1) Proč je podle Vás nutné se rozehrávat?

Rozehrávání je důležitá součást každodenní "hráčské hygieny" a není to jen rozehrání svalové tkáně, stabilizace zvuku, nasazení a rozsahu, ale zejména v období studia a začátku hraní je to podstatná, ne-li zásadní věc pro náš celkový vývoj a kvalitu hry. Krátce, je-li prováděno uvědoměle, pozorně a soustředěně, má vliv na koordinaci dechu a nátisku, rozsah, dynamiku, legáta a další aspekty hry a současně působí na příznivé psychické rozpoložení a "natěšení" na náš aktuální hráčský den. Pakliže se v rozehrávacím systému a přípravě najde natolik efektivní záruka, že se na náš nátisk (výdrž) a dech dokážeme spolehnout máme vyhráno a

život s lesním rohem může být radostí, nikoli peklem. Rozehrávání je pro hornistu důležité stejně jako rozcvičení pro sportovce. Postupné zatěžování nátiskových svalů zabrání předčasné únavě či dokonce bolesti nátisku.

2) Kolik času denně strávíte rozehráváním?

Dříve jsem se rozehrával 20-30 minut denně, především ráno.

3) Máte stejný způsob rozehrávání každý den?

Teď, v současnosti víceméně žiji, z podstaty už se moc nerozehrávám, spíše si celkovou přípravu ordinuji podle toho, co mě právě čeká.

4) Kde jste čerpal inspiraci pro rozehrávací cvičení?

V minulosti jsem rozehrávání věnoval 20-30 minut denně především ráno, vlastním systémem vycházejícím z nátiskových posilovacích cvičení "TOTAL RANGE", později v období "naturhorny" jsem systém upravil pro přirozenou řadu. Vynikající inspirace - Gottfried von Freiberg "NATURHONSCHULE" z Vídně. Bylo to nutné dělat, protože v období, kdy jsem hrával sólově a různě v orchestrech 3. a 1. lesní roh, jsem měl někdy problémy s výdrží, rozehrávací a posilovací "dávky" byly tedy nutností při objemech a rozsahu, ve kterém bylo nutno odehrát během jediného dne všechny ty skladby, party i komorní koncerty.

5) Máte i jiný způsob, jak udržujete nátisk ve formě

Zjistil jsem, že na mé rozehrávání blahodárně působí novozélandský Sauvignon blanc, červené Bordeaux a také některé druhy domácích piv.

Děkuji panu profesorovi Zdeňku Divokému, že i on se podílel na mé práci. Není třeba zde uvádět příklady jeho rozehrávacích cvičení, neboť je jedním z mála hornistů, který vydal dokonce dva sešity "Denních nátiskových cvičení", která všem vřele doporučuji.

4. Jana Švadlenková

V současné době Jana působí v Symfonickém orchestru Českého rozhlasu jako sólohornistka. Jana je stejně jako Ondřej Vrabec dalším odchovancem Základní umělecké školy v Sezimově Ústí, kde získala základy u Marie Dohnalové a Šárky Kvičínkové. Její další studium bylo velmi bohaté. Po absolvování Pražské konzervatoře u prof. Bedřicha Tylšara pokračovala na HAMU pod vedením prof. Zdeňka Tylšara a současně studovala v Berlíně na Universität der Künste ve třídě Christiana Dallmanna. V Berlíně se začala věnovat také interpretaci na dobové nástroje a stala se tak vyhledávanou hráčkou na přirozený lesní roh. Po návratu ze zahraničí zahájila svou pedagogickou činnost na Pražské konzervatoři, HAMU a Gymnáziu Jana Nerudy.

1) Proč je podle Vás nutné se rozehrávat?

Rozehrávání je pro hornistu důležité stejně jako rozcvičení pro sportovce. Postupné zatěžování nátlakových svalů zabrání předčasné únavě či dokonce bolesti nátlaku.

2) Kolik času denně strávíte rozehráváním?

Denně se rozehrávám 15-30 minut, dle časových možností.

3) Máte stejný způsob rozehrávání každý den?

Základní rozehrávací motivy dělám každý den stejně. Nátlaková cvičení potom obměňuji.

4) Kde jste čerpala inspiraci pro rozehrávací cvičení?

Má rozehrávací cvičení jsou kombinací francouzsko - německo - českých škol. Konkrétně potom cvičení z metodik například od Jacquese Francoise Gallaye, Karla Biehliga, nebo Zdeňka Divokého.

5) Máte i jiný způsob, jak udržujete nátisk ve formě

Pokud jde o způsoby jako například držení tužky mezi rty nebo používání takovýchto “divočin”, tak to nikoliv. Jinak se snažím udržovat stupnicemi a akordy, pohybovat se v celém rozsahu od kontra tónů až do výšek. Snažím se při nátiskové únavě hodně pít a když je nejhůře, užívám magnesium.

Děkuji Janě Švadlenkové za další obohacující odpovědi. Janina cvičení jsou velice zajímavá, především cvičení s použitím techniky “bouché”, jejíž nacvičování je u nás velice opomíjeno. Proto především toto cvičení doporučuji zařadit do Vašeho rozehrávacího systému.

Cvičení č.1

Dbáme na hladké legáto, vyvážený zvuk po celou dobu a celý takt hrajeme vždy na jeden nádech.

(♩=60)

Cvičení č.2

Každý takt hrajeme vždy pouze na jeden hmat podle alikvótní řady.

(♩=132)

The exercise consists of six staves, each containing a sixteenth-note chromatic scale. The scales are: 1. F major (F, G, A, B, C, D, E, F), 2. G major (G, A, B, C, D, E, F#, G), 3. A major (A, B, C, D, E, F#, G, A), 4. Bb major (Bb, C, D, Eb, F, G, Ab, Bb), 5. C major (C, D, E, F, G, A, B, C), and 6. Db major (Db, Eb, F, G, Ab, Bb, C, Db). Each scale is followed by a whole note chord in the same key.

Cvičení č.3

Dbáme na stejnou sílu zvuku i při “bouché”

(♩=90)

The exercise consists of five staves, each containing a quarter-note chromatic scale. The scales are: 1. F major (F, G, A, B, C, D, E, F), 2. G major (G, A, B, C, D, E, F#, G), 3. A major (A, B, C, D, E, F#, G, A), 4. Bb major (Bb, C, D, Eb, F, G, Ab, Bb), and 5. C major (C, D, E, F, G, A, B, C). Each scale is followed by a whole note chord in the same key.

Cvičení č.4

(♩=100)

The musical score for Cvičení č.4 consists of eight staves of music. The tempo is marked as quarter note = 100 (♩=100). The music is written in treble clef and features a complex rhythmic pattern of eighth and sixteenth notes. The key signature changes from one sharp (F#) to one flat (Bb) and back to one sharp (F#) throughout the piece. The notation includes various accidentals and dynamic markings.

Cvičení č.5

(♩=60)

The musical score for Cvičení č.5 consists of four staves of music. The tempo is marked as quarter note = 60 (♩=60). The music is written in treble clef and features a simple rhythmic pattern of quarter notes. The key signature changes from one sharp (F#) to one flat (Bb) and back to one sharp (F#) throughout the piece. The notation includes various accidentals and dynamic markings.

5. Christopher Smith

Christopher Smith je sólohornistou Santa Fe Pro Musica a profesorem lesního rohu na univerzitě Texas Tech University. Hru na lesní roh studoval na univerzitě v Michiganu u profesorů Lowella Greera a Charlese Sneada. Věnuje se také hře na přirozený lesní roh a pravidelně vystupuje s barokními soubory Early Music Foundation of New York a Philharmonia Baroque Orchestra of San Francisco. Je vyhledávaným komorním hráčem a tedy i členem Faculty Brass Quintet a Mariah Winds.

1) Proč je podle Vás nutné se rozehrávat?

Rozehrávání je důležité pro prokrvení rtů a tedy předcházení nátiskovým úrazům a předčasné únavy. Mělo by obsahovat všechny technické aspekty hraní na lesní roh - od dlouhých tónů, nasazování, flexibilita nátisku, artikulace, vysoká a nízká poloha.

2) Kolik času denně strávíte rozehráváním?

Hlavní rozehrávání mi trvá přibližně 45 minut, a to včetně odpočívání mezi každým cvičením. Uznávám metodu při které během rozehrávání odpočívám stejný čas, který hraji. Tedy pokud hraji 2 minuty, následně 2 minuty odpočívám.

3) Máte stejný způsob rozehrávání každý den?

Ano, každý den mám stejný rozehrávací rituál.

4) Kde jste čerpal inspiraci pro rozehrávací cvičení?

Všechna svá cvičení jsem převzal od svým bývalých kantorů a ostatních hornistů, se kterými jsem se v průběhu svého života potkal. Základ rozehrávání u všech je v podstatě stejný - cvičení, která se zaměřují na stejnou problematiku, jen jsou prováděna v různých variacích.

5) Máte i jiný způsob, jak udržujete nátisk ve formě?

Kromě mých každodenních cvičení doporučuji svým žákům, aby používali metodiky od Josepha Singera "Embrouchure Builder" nebo "Pares Scale Book".

S Christopherem jsem v kontaktu díky nadcházejícímu workshopu v USA, kterého se zúčastním. Využila jsem tedy příležitosti zjistit, jak rozehrávání vnímají na druhém konci světa, kde se hra na lesní roh v mnoha ohledech liší od tradiční české hornové školy. Jeho cvičení jsou technicky náročnější, než je pro mne zvykem. Posuďte sami. Děkuji Christopherovi za ukázkou rozehrávacích praktik na amerických vysokých školách.

Cvičení č.1

(♩=60)

4X

Cvičení č.2

pokračuj chromaticky v tomto rozsahu

Cvičení č.3

Cvičení opět hrajte pouze na jeden hmat podle alikvótní řady.

The musical score for Exercise 3 consists of two staves. The upper staff is in treble clef and contains a melodic line of eighth notes, starting on a whole note and continuing with eighth notes. The lower staff is in treble clef and contains a bass line of eighth notes, also starting on a whole note and continuing with eighth notes. A dynamic marking *mf* is placed below the first few notes of the upper staff. A large slur covers the entire melodic line. Below the second staff, there is a double bar line followed by a whole note chord and the instruction "pokračuj chromaticky v tomto rozsahu".

Cvičení č.4

The musical score for Exercise 4 consists of eight staves. The first staff is in treble clef and contains a melodic line with a tempo marking $(♩=72)$. The second staff is in treble clef and contains a melodic line of eighth notes. The third staff is in treble clef and contains a melodic line of eighth notes. The fourth staff is in treble clef and contains a melodic line of eighth notes. The fifth staff is in treble clef and contains a melodic line of eighth notes. The sixth staff is in treble clef and contains a melodic line of eighth notes. The seventh staff is in bass clef and contains a melodic line of eighth notes. The eighth staff is in bass clef and contains a melodic line of eighth notes.

Cvičení č.5

The image displays a musical exercise sheet for 'Cvičení č.5'. It consists of 12 staves of music, each containing a chromatic scale. The scales are written in treble clef and cover a range of two octaves. The key signatures for the scales are: C major, G major, D major, A major, E major, B major, F# major, C# major, G# major, D# major, A# major, and E# major. The final staff is empty, with a treble clef and a key signature of one sharp (F#), and is followed by the instruction 'pokračuj chromaticky v tomto rozsahu' and a double bar line.

Cvičení č.6

The musical score consists of 12 staves of treble clef notation. The first staff begins with dynamic markings *ppp*, *fff*, and *simile*. The notation includes various rhythmic patterns, primarily eighth and sixteenth notes, with some rests. The key signature is one flat (B-flat). The final staff is a single line with a treble clef, a key signature of one flat, and a common time signature, containing a horizontal line and the instruction "pokračuj chromaticky v tomto rozsahu" with a double bar line.

Cvičení č.7

The image displays a musical exercise titled "Cvičení č.7" (Exercise No. 7). It consists of 11 staves of music, all written in treble clef. The key signature for the first seven staves is one sharp (F#), while the last four staves are in one flat (Bb). The music is composed of eighth and sixteenth notes, often beamed together in groups. The exercise is divided into two main sections: the first seven staves and the last four staves. The first section features a sequence of eighth-note patterns with various accidentals (sharps and naturals). The second section features a sequence of eighth-note patterns with various accidentals (flats and naturals). The overall structure is a continuous sequence of rhythmic and melodic patterns designed for technical practice.

6. Michal Emanovský

Michal Emanovský je sólohornistou jihokorejské Soulské filharmonie. Ve třetím ročníku studia na Ostravské konzervatoři u prof. Karla Doležila, zkusil štěstí a přihlásil se na roční studium na hudební škole v Kalifornii. Z jednoho roku v USA se stalo celých deset let, během kterých vystřídal několik středních a vysokých škol a své studium ukončil na slavné Juilliard School v New Yorku. V roce 2003 dostal pozvání ke konkurzu do jihokorejského orchestru v městě Daejeon a od roku 2006 působí v Soulské filharmonii. V Jižní Korei se snaží podpořit místní vývoj hornistů, na sociální síti vytvořil skupinu, která sčítá přes 900 korejských hornistů a skrze kterou organizuje nejrůznější masterclass - přivedl například Stefana Dohra a Sarah Willis z Berlínských filharmonií nebo sólistku na přirozený lesní roh Anneke Scott. Sám vyučuje na univerzitě National University of Arts v Soulu.

1) Proč je podle Vás nutné se rozehrávat?

Rozehrávám se, abych si každé ráno trochu připomněl ty správné postupy. Tělo si v podstatě zopakuje, jak se pořádně nadechnout a snažím se, aby dech, nátisk, podpůrné svalstvo, atd. byly správně propojeny. O něco důležitější je pro mne rozehrávání před vystoupením. Tím se snažím dostat do optimální mentální i fyzické formy, aby mé hraní dosahovalo co nejbližší tomu, čeho jsem opravdu schopen.

2) Kolik času denně strávíte rozehráváním?

Ráno 10 - 20 minut pouze hraní. Rutina před koncertem 20 - 40 minut, s tou souvisí i mentální příprava.

3) Máte stejný způsob rozehrávání každý den?

Ne. Snažím se přizpůsobit rozehraní tomu, co mě čeká na zkoušce či koncertě. To znamená, že pokud mám před sebou například Mendelssohnovu Symfonii č. 3 a musím hrát rychle staccato, tak si zařadím do rozehraní i malé

cvičení na rozhýbání jazyku. Některá cvičení dělám skoro každý den, jiná méně často.

4) Kde jste čerpal inspiraci pro rozehrávací cvičení?

Jsou to kombinace cvičení, o kterých jsem četl, slyšel od učitelů či jiných profesionálů. Občas si nějaké cvičení upravím k vlastní potřebě.

5) Máte i jiný způsob, jak udržujete nátisk ve formě?

Možná se to bude zdát divné, ale i poslech nahrávky a cvičení v hlavě má podle vědeckých výzkumů vyvolat podobné účinky, jako cvičení samotné. Vřele doporučuji.

Setkání s Michalem Emanovským je vždy velkým zážitkem. Je to člověk plný neuvěřitelné píše a životních zkušeností, které jsou z jeho životopisu zřejmé. Děkuji Michalovi za jeho přínos do této práce.

Cvičení č.1

Toto je Michalovo nejoblíbenější cvičení, které hraje téměř každý den. Cvičení se hraje na F rohu, tedy na prázdný hmat. Dbáme na kvalitní nádech, abychom cvičení vydrželi celé na jeden dech, kvalitní legáta a čisté, pevné spodní tóny na konci. Není potřeba hrát cvičení příliš vysoko, pouze po alikvótní řadě, kam až nám to momentální forma dovolí. Můžeme začít nejprve níže, například na malém *a* nebo *as* a poté postupovat směrem nahoru.



Cvičení č.2

Druhé cvičení je již na procvičení vysoké polohy. Hráč by měl být již dobře rozehrán. Jedná se opět o alikvótní řadu tónů, tentokrát jednoduše nahoru a zpět dolů. Nejdůležitější u tohoto cvičení je netlačit, vše tvořit pouze pomocí dechu. Snažte se, aby i vrchní tóny byly otevřené, aby nedošlo ke “škrcení” vzduchu a aby se kvalita zvuku nezhoršovala. Pozor také na tóny směrem dolů, aby byly stále kvalitní. Začínáme opět na tónu malé *a* nebo *as* a postupujeme směrem nahoru. Když se Michal připravuje například na Schumannův Konzerstück, hraje toto cvičení až do *e3*.



Cvičení č.3

Zdánlivě se cvičení zdá jako pouhé střídání dlouhých tónů. Toto cvičení však budeme hrát pouze na F rohu, tedy na prázdnou, a pokusíme se zahrát další tón pouze pomocí dechu a rtů, nikoliv pomocí ruky, tedy takové malé glissando, a stejným způsobem zpět nahoru. Během tzv. ohýbání tónů můžeme podle Michala nalézt optimální barvu a sílu zvuku a zároveň také procvičit manipulaci s intonací.



Cvičení č.4

Speciální cvičení na rozhýbání jazyka pomocí jednoduchého rytmu z Bolera. Michal jej cvičí vždy, když ho čeká například Mendelssohnova Skotská symfonie nebo Bachův Braniborský koncert. Při běžném provozu v orchestru přiznává, že mu jazyk snadno lenivý. Začínáme na tónu c1 a postupujeme po půl tónech až do c2. Snažíme se, aby se jazyk hýbal stejně rychle po celou dobu, také nádechy zrychlíme, abychom byli stále v tempu. Doporučuji používat metronom.

(♩=90)

The musical score consists of 12 staves of music. The first 10 staves are in the key of C major, and the last two staves are in the key of C minor. The tempo is marked as quarter note = 90. The score features a sequence of eighth notes with triplet markings, starting on C1 and ascending by half steps to C2.

7. Petr Duda

Petr Duda je hornistou České filharmonie. Od pěti let aktivně zpíval v Kühnově dětském sboru, díky kterému účinkoval i v mnoha operních představeních v Národním divadle, také ale několik let působil jako dabér dětských rolí v zahraničních filmech. Hře na lesní roh se začal věnovat až s příchodem mutace a měl to tedy být pouze dočasný koníček před návratem ke zpěvu. U lesního rohu ale zůstal a pokračoval ve studiu na Pražské konzervatoři a HAMU, v obou případech u prof. Aloise Čočka. Již v pátém ročníku Pražské konzervatoře nastoupil do orchestru tehdejšího Smetanova divadla, následně během studia na HAMU přešel do Symfonického orchestru hl.m. Prahy FOK, kde strávil sedmnáct let. Od roku 2002 je hornistou ve skupině lesních rohů České filharmonie. V roce 1981 byl přizván ke spolupráci s Loveckým triem Praha, ve kterém působí dodnes a díky kterému se začal aktivně zajímat o lovecké lesní rohy a myslivost vůbec. Věnuje se tedy také výuce mysliveckých trubačů a mladých hornistů na Základní umělecké škole Lounských v Praze.

1) Proč je podle Vás nutné se rozehrávat?

Čas, který věnujeme hraní na hudební nástroj, by měl mít tři části. Není rozdíl mezi tím, zda se jedná o výukovou lekci, nebo samostatnou studijní, či pracovní činnost.

- rozcvičení
- nácvik dovedností
- hra pro radost

Rozcvičení (rozehrávání) by mělo sloužit nejen k zahřátí a protažení mimických svalů, ale také k zopakování všech správných návyků: postoje, držení nástroje, procvičení svalů na trupu, nadechování a vydechování proudu vzduchu, pozice rtů, pozice přiložení nátrubku na rty, přiměřené otevření spodní čelisti a činnosti jazyka při hře. Některé tyto stereotypy má hráč dokonale zažitě, o některých ale nemá ani potuchy. Tato nevědomost mu v případě hráčské krize znemožní zvládnout problémy, které by

si sám celkem lehce dokázal opravit. Pokuším se přirovnat situaci ke kontrole auta před jízdou. Pokud se nepodíváme na stav oleje a nahuštění pneumatik (a pokud nebudeme věnovat pozornost hlášení palubního počítače), zcela časem zničíme celý stroj i když stačilo pouze dolít olej, nebo dohustit kola.

2) Kolik času denně strávíte rozehráváním?

Toto mé rozehrávání nemusí trvat dlouho, stačí 5 – 7 minut. Nemělo by se však nikdy vynechávat. Další přípravu dělím na:

1. Nácvik vybrané části skladby (etudy, koncertu, partu)

Zde by se měl hráč snažit velmi pečlivě a do naprosté dokonalosti zvládnout určitou vybranou pasáž. Za pomoci metronomu, ladičky, případně záznamového zařízení, by se měl velmi detailně věnovat dokonalé technické a umělecké interpretaci. Tato část by měla trvat cca 20 minut. Pak pozornost poleví a další nácvik ztrácí smysl. Toto cvičení by se mělo ideálně provádět každý den, kdy hudebník hraje, ale pokud se občas vynechá, nic nenapravitelného se nestane. Pokud by se však zcela vypustila, hudebník začne ztrácet svou hráčskou kvalitu.

2. Hraní pro radost

To je důvodem, proč jsme začali hrát na hudební nástroje. Nikdo jistě nezačal proto, aby cvičil etudy, nebo stupnice, spíše si chtěl zahrát písničku a líbil se mu zvuk nebo tvar, nebo jiná vlastnost jeho budoucího nástroje. Do hraní pro radost patří i zkouška, nebo koncert. Hráč by se v této části měl pokusit uplatnit dovednosti získané nácvikem. Tato část je samozřejmě nejdelší. U praktických hráčů je vymezena délkou zkoušky, nebo koncertu, u studentů a amatérských hudebníků mírou jejich nadšení. U všech by ale měla být zábavnou a příjemnou.

3) Máte stejný způsob rozehrávání každý den?

Ano.

4) Kde jste čerpal inspiraci pro rozehrávací cvičení?

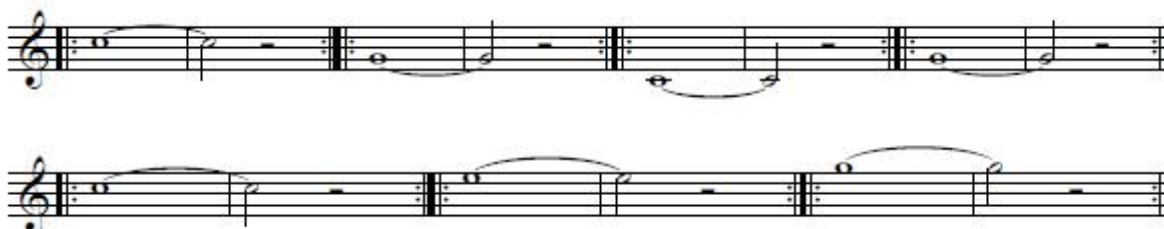
Při výuce trubačů. Ti tráví hraním ve srovnání s profesionálními hudebníky mnohem méně času a proto jsme potřebovali vytvořit jednoduchá a funkční denní cvičení - jsou psaná pro lovecké rohy v ladění B Dur. Pro jejich použití na lesní roh je transponuji do hornové C, H, B a A Dur, tedy hrají na alikvotních tónech bez výměn strojiva (na jednu klapku).

5) Máte i jiný způsob, jak udržujete nátisk ve formě?

Ne, snažím se používat pravidelně tento můj způsob. K tomu používám vždy před spaním hojivou mast z lékařského konopí, která napomáhá regeneraci unavených svalů a poraněných rtů.

Děkuji Petrovi za jeho rozsáhlé odpovědi na mé otázky. S Petrem jsem se poprvé potkala právě na lovecké akci, kde jsem se seznámila také s JUDr. Petrem Vackem, ti se společně s Josefem Zettlem společně podíleli na vytvoření sborníku denních cvičení pro myslivecké trubače. Cvičení jsou záměrně jednoduchá, o to víc je důležité soustředit se na jejich perfektní provádění. Každé cvičení opakujeme čtyřikrát a hrajeme je ve volném tempu.

Cvičení č.1



Cvičení č.2

Exercise 2 consists of two staves of music. The first staff contains four measures: a quarter note, a quarter note, a quarter note, a quarter note, followed by a whole note; a quarter note, a quarter note, a quarter note, a quarter note, followed by a whole note; a quarter note, a quarter note, a quarter note, a quarter note, followed by a whole note; and a quarter note, a quarter note, a quarter note, a quarter note, followed by a whole note. The second staff contains four measures: a quarter note, a quarter note, a quarter note, a quarter note, followed by a whole note; a quarter note, a quarter note, a quarter note, a quarter note, followed by a whole note; a quarter note, a quarter note, a quarter note, a quarter note, followed by a whole note; and a quarter note, a quarter note, a quarter note, a quarter note, followed by a whole note.

Cvičení č.3

Exercise 3 consists of two staves of music. The first staff contains four measures, each with a slur over two notes: a quarter note and a half note; a quarter note and a half note; a quarter note and a half note; and a quarter note and a half note. The second staff contains four measures, each with a slur over two notes: a quarter note and a half note; a quarter note and a half note; a quarter note and a half note; and a quarter note and a half note.

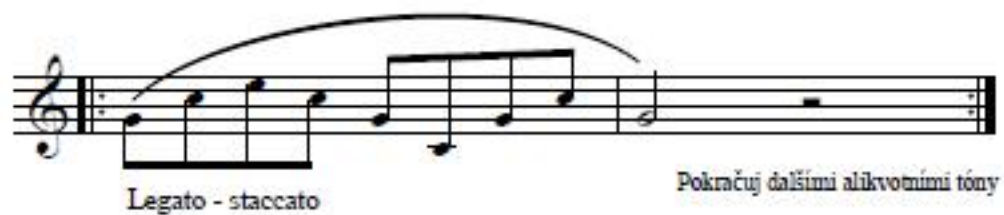
Cvičení č.4

Exercise 4 consists of one staff of music with four measures. The first measure has a slur over four notes (quarter, quarter, quarter, quarter) and is labeled "Legato - staccato". The second measure has a slur over four notes (quarter, quarter, quarter, quarter) and is labeled "simile". The third measure has a slur over four notes (quarter, quarter, quarter, quarter). The fourth measure has a slur over four notes (quarter, quarter, quarter, quarter).

Cvičení č.5

Exercise 5 consists of one staff of music. The first measure has a slur over four notes (quarter, quarter, quarter, quarter) and is labeled "Legato - staccato". The second measure has a slur over four notes (quarter, quarter, quarter, quarter). The third measure has a slur over four notes (quarter, quarter, quarter, quarter). The fourth measure has a slur over four notes (quarter, quarter, quarter, quarter). The text "Pokračuj dalšími alikvotními tóny" is written below the staff.

Cvičení č.6

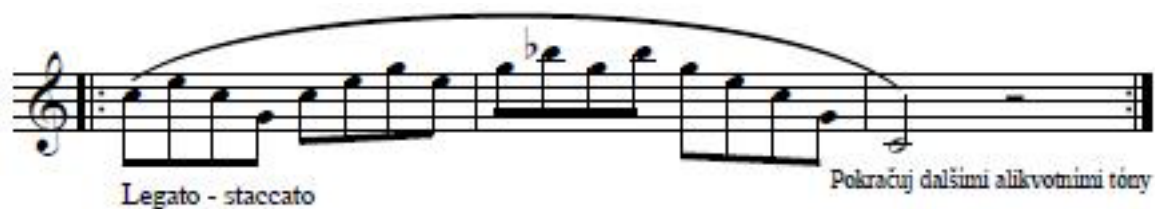


Legato - staccato

Pokračuj dalšími alikvotními tóny

Musical notation for exercise 6: A single staff in treble clef with a repeat sign. The melody starts with a half note G4, followed by quarter notes A4, B4, C5, B4, A4, G4, F4, E4, D4, C4. A slur covers the first seven notes. The eighth note is a whole rest. The instruction 'Legato - staccato' is below the first seven notes, and 'Pokračuj dalšími alikvotními tóny' is below the eighth note.

Cvičení č.7



Legato - staccato

Pokračuj dalšími alikvotními tóny

Musical notation for exercise 7: A single staff in treble clef with a repeat sign. The melody starts with a half note G4, followed by quarter notes A4, B4, C5, B4, A4, G4, F4, E4, D4, C4. A slur covers the first seven notes. The eighth note is a whole rest. The instruction 'Legato - staccato' is below the first seven notes, and 'Pokračuj dalšími alikvotními tóny' is below the eighth note. A flat symbol is placed above the eighth note.

Cvičení č.8



Legato - staccato

Pokračuj dalšími alikvotními tóny

Musical notation for exercise 8: A single staff in treble clef with a repeat sign. The melody starts with a half note G4, followed by quarter notes A4, B4, C5, B4, A4, G4, F4, E4, D4, C4. A slur covers the first seven notes. The eighth note is a whole rest. The instruction 'Legato - staccato' is below the first seven notes, and 'Pokračuj dalšími alikvotními tóny' is below the eighth note. A flat symbol is placed above the eighth note.

Cvičení č.9



Musical notation for exercise 9: Three staves in treble clef with repeat signs. The first staff contains a sequence of eighth notes: G4, A4, B4, C5, B4, A4, G4, F4, E4, D4, C4. The second staff contains a sequence of eighth notes: G4, A4, B4, C5, B4, A4, G4, F4, E4, D4, C4. The third staff contains a sequence of eighth notes: G4, A4, B4, C5, B4, A4, G4, F4, E4, D4, C4.

8. Přemysl Vojta

Přemysl Vojta je nyní sólohornistou v Symfonickém orchestru WDR v Kolíně nad Rýnem. Přes svůj mladý věk však vystřídal mnoho prestižních zaměstnání. Po absolvování Pražské konzervatoře u prof. Bedřicha Tylšara odjel do Berlína, kde pokračoval ve studiu na Universität der Künste ve třídě Christiana Dallmanna. Nedlouho poté vyhrál konkurz na sólohornistu Pražské komorní filharmonie a na Akademii Drážďanské Staatskapelle. Poté působil jako sólohornista Konzerthausorchestru v Berlíně (s půlročním hostováním v Berlínské Staatsoper) a od prosince 2015 v Symfonickém orchestru západoněmeckého rozhlasu (WDR) v Kolíně nad Rýnem. Pět let učil jako asistent prof. Christiana Dallmanna hornovou třídu na Universität der Künste v Berlíně a od dubna 2016 učím komorní hudbu na Vysoké škole hudby a tance v Kolíně. Je jedním z mála českých hudebníků, kteří ovládli prestižní soutěž ARD v Mnichově, kde se stal v roce 2010 absolutním vítězem.

1) Proč je podle Vás nutné se rozehrávat?

Forma rozehrávání se u mě vyvíjela, měnila s časem, zkušenostmi a nejspíš ani dnes není v konečné podobě. Každopádně se ale snažím odlišit dvě fáze – rozehrání v tom smyslu slova, kdy se snažím zahřát obličejové svalstvo, aby později nedošlo k nějakému zbytečnému úrazu a samotné cvičení na lesní roh.

2) Kolik času denně strávíte rozehráváním?

V první fázi, na kterou nepotřebuji víc než deset až patnáct minut, začnu hrát buď na nátrubek nebo přímo na lesní roh ve střední poloze. Tu střídám s nízkou a vysokou polohou. Soustředím se na získání příjemného a uvolněného pocitu, čímž mám na mysli rovnoměrný tlak nátrubku na nátisk, uvolněné svaly tváří (ty se u mě občas při několikanásobné velké zátěži dostávají do příliš velké křeče či přepnutí), uvolněný a otevřený krk a čelist, správnou pozici ramen a hlavy - pokud se nepletu, je lesní roh ze všech orchestrálních nástrojů, jejichž celou váhu držíme v rukách,

zcela nejtěžší. Není ani moc divu, že většina hornistů má tendenci jít s rameny a hlavou za váhou nástroje, což má za následky uzavření hrudního koše - a tím pádem ne zcela využití rezonanční možnosti těla, resp. zvuku - a z dlouhodobého hlediska velmi pravděpodobně zdravotní problémy spojené s bolestí šíje a hlavy.

3) Máte stejný způsob rozehrávání každý den?

Během této čtvrt hodinky víceméně improvizace se snažím analyzovat sám sebe. Co mi dnes jde, na co bych se měl zbytek dne soustředit, jaké zlovyky odnaučit a podle toho vyberu následující denní cvičení, kterými se - dá se říct - snažím udržet ve formě. To přizpůsobím programu dne. Pokud vím, že mám dlouhou zkoušku se symfonií Gustava Mahlera nebo Antona Brucknera, snažím se zachovat lehkost nátisku odpovídajícím cvičením a naopak, pokud mě čeká spíše počítání pauz, dám si více „do těla“. Čemu se věnuji téměř každý den, je flexibilita, čisté staccato, extrémní dynamika a dlouhé tóny. Tahle druhá fáze mi zabere asi půl hodiny. Když jsem se připravoval na soutěž ARD nerozehrával jsem se vůbec. Byla to pro mě ztráta času. Musel jsem se ve velice krátké době naučit velký rozsah repertoáru a tak jsem se hned vrhl na nějaké „prstolamy“ v nenáročnějších polohách či zpívané dvojjzvuky. Šíře repertoáru mi bohatě vynahradila všechny etudy.

4) Kde jste čerpal inspiraci pro rozehrávací cvičení?

Inspiraci pro různá denní cvičení nacházím v hornových etudách/školách/doporučeních od Zdeňka Divokého, Karla Biehliga, Christiana Dallmanna, Kalerva Kulmaly, Ericha Pelzela, Raimunda Zella či Lizy Ford. Někdy hrají i jen obyčejné stupnice na různé způsoby a tempa.

5) Máte i jiný způsob, jak udržujete nátisk ve formě?

Ve volném čase se snažím věnovat především své rodině a svému synovi. V jeho šťastných očích nacházím to největší uspokojení a je jedno, jestli hrajeme na bicí, fotbal, bowling, plaveme, jezdíme na kole anebo lyžujeme. Asi to zní kýčovitě, ale je to tak.

Přemek mi sice neprozradil svá konkrétní denní cvičení, já jsem však využila náš rozhovor a vyzpovídala jsem ho v souvislosti s jeho nátiskovou krizí, kterou prodělal v době svých studií. Těžko se věří tomu, že hornista s takovými úspěchy jako je Přemysl Vojta, se také trápil s nátiskem. O to je to větší motivace pro všechny studenty, kteří se nechtějí spokojit s průměrnými dovednostmi. První dlouhodobější krizí si Přemek prošel ještě ve čtvrtém ročníku na Pražské konzervatoři. Tehdy ocenil, že bu dal pan prof. Bedřich Tylšar dostatek času na její řešení. Především díky metodické knize *The Art of French Horn Playing* od Philippa Farkase zvládl dát během dvou měsíců svůj nátisk do pořádku a dodnes z této zkušenosti těží – ať už se to týká postavení nátisku nebo schopnosti analyzovat nějaký metodický problém. Druhá krize už nebyla tak zřetelná, ale je přiznává, že za studii do Německa odešel hlavně kvůli zvětšení rozsahu a zpevnění vysoké polohy. S profesorem Dallmannem na tom pracovali intenzivně. Něco málo změnili na nátisku, nešlo však o nic radikálního. Během roku se vše zlepšilo, ale nadále se svým problémem s vysokou polohou trochu bojoval. Až do té chvíle, než mu nezávisle na sobě tři velmi vážení profesoři (Christian Dallmann, Maria Luisa Neunecker, Christian Lampert) řekli, že jeho vysoká poloha nemá důvod být špatná – nátisk i technika hraní je v pořádku. V tu chvíli si Přemek uvědomil, jak moc ovlivňuje kvalitu jeho hraní nedůvěra v sebe samotného a neustálé očekávání, že získá nějaký trik, aby ta horna hrála tak, jak chce. Konečně mu také došlo, že profesor sice ukáže studentovi cestu, ale ten se na tu cestu už musí vydat sám. Na závěr potvrzuje, že krize je sice nepříjemná, ale zároveň zdravá věc. Upozorní nás na to, co děláme špatně. A pokud se z ní poučíme, vyjdeme z ní chytřejší.

Děkuji Přemkovi za nesmírně obohacující rozhovor, který bude jistě velkou motivací, pro každého mladého ambiciózního hornistu.

9. Jindřich Kolář

Jindřich Kolář je hornistou ve skupině lesních rohů České filharmonie a profesorem na Plzeňské konzervatoři. Začal se učit nejprve na klavír a později se souběžně s ním začal věnovat i lesnímu rohu. Jeho prvním učitelem byl Josef Šálek, který byl dlouholetým 1. hornistou Karlovarského Symfonického Orchestru. Jindřich Kolář dal přednost lesnímu rohu před klavírem a byl přijat na Konzervatoř v Plzni do třídy Jiřího Žurka. Po absolvování konzervatoře byl přijat na Akademii múzických umění v Praze do třídy Zdeňka Tylšara a během studií získal několik cen na interpretačních soutěžích - na mezinárodní soutěži Pražské jaro získal v roce 1982 čestné uznání. V průběhu kariéry byl 1. hornistou v mnoha orchestrech, ale v roce 1999 se po úspěšně absolvovaném konkurzu stal členem České filharmonie, kde působí dodnes na pozici 3. lesního rohu. Ze zahraničních orchestrů působí od roku 1991 v orchestru Solistes Européens Luxembourg. Natočil také několik sólových nahrávek pro Československý rozhlas. Nejvýznamnější sólovou nahrávkou je CD, které natočil s Pražákovým kvartetem obsahující významné skladby pro lesní roh a smyčcový kvartet. Od roku 2003 působí jako pedagog na Konzervatoři v Plzni, kde také od roku 2008 pořádá nesoutěžní přehlídku mladých hornistů Hornové dny a vede dechový orchestr Plzeňská 12-ka, se kterým často vystupuje na hudebních festivalech doma i v zahraničí.

1) Proč je podle Vás nutné se rozehrávat?

Na mém způsobu rozehrávání jsem praktický závislý a když si jej ráno nepřehraji, necítím se dobře. Také je to takový indikátor stavu nátisku.

2) Kolik času denně strávíte rozehráváním?

Celé mi to zabere asi 20 minut.

3) Máte stejný způsob rozehrávání každý den?

Začal jsem se takto rozehrávat, když mi bylo 13 let. Do 45 let jsem to hrát denně, později již méně.

4) Kde jste čerpal inspiraci pro rozehrávací cvičení?

Cvičení mi napsal můj první učitel Josef Šálek.

5) Máte i jiný způsob, jak udržujete nátisk ve formě?

Každý večer si mažu rty Calciem phanthotenikem. Zcela zásadní vliv na výkon má však především psychická pohoda a odolnost.

Děkuji Jindrovi, za zajímavé odpovědi a poskytnutí jeho denních cvičení. Je skoro neuvěřitelně, že má stejný systém rozehrávání již od svých třinácti let.

Cvičení č.1

Pouze dlouhé tóny, vždy na celý dech. Hrajeme po tónech jako stupnici C Dur až do velkého C.



Cvičení č.2

Hrajeme po půl tónech směrem nahoru. Jindřich hraje toto cvičení až do tónu d3.



Cvičení č.3 - č.8 hrajeme stejným způsobem, vždy na jeden hmat, po půl tónech směrem dolů

Cvičení č.3

(♩=60)



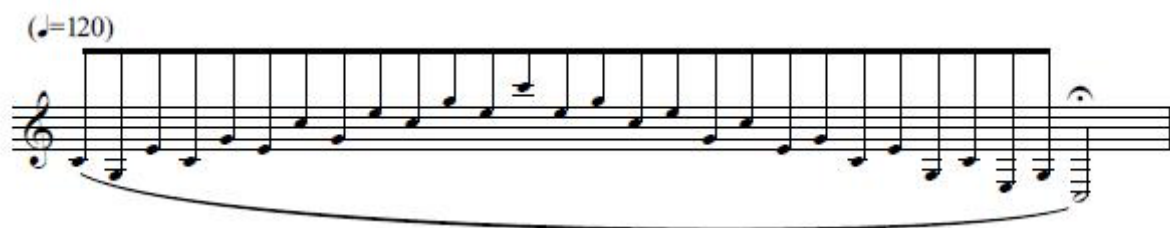
Cvičení č.4

(♩=60)



Cvičení č.5

(♩=120)



Cvičení č.6

(♩=120)

Musical score for exercise 6, consisting of two staves of music. The first staff contains three measures of eighth-note runs, each with a slur underneath. The second staff contains a single long slur covering the entire exercise, with a fermata at the end.

Cvičení č.7

(♩=120)

Musical score for exercise 7, consisting of one staff of music. It features a long slur covering the entire exercise, with a fermata at the end.

Cvičení č.8

(♩=120)

Musical score for exercise 8, consisting of one staff of music. It features a long slur covering the entire exercise, with a fermata at the end.

Závěr

Druhý díl “Každodenní nátiskové hygieny pokročilého hráče na lesní roh” je u konce a já vnímám, že toto téma by si zasloužilo alespoň deset dalších pokračování. Mohli jste vidět 9 hráčů - 9 naprosto rozdílných názorů, filozofií, mnoho zajímavých zkušeností. Načerpat novou inspiraci pro oživení svého rozehrávacího rituálu, nebo si jen zkusit zahrát některá nová cvičení. Nikomu nebudou vyhovovat všechna, ale věřím, že každému zvědavému hornistovi bude tato práce k užitku a že bude mít stejně kladné ohlasy jako její první díl.