

TRACK FINDER, dem Buchablauf entsprechend

<u><i>Buchseite</i></u>	<u><i>Thema</i></u>	<u><i>wo zu finden ?</i></u>	
		<u><i>Zeit:</i></u>	<u><i>Track Nr.:</i></u>
	<i>* Bonus-Track = Intro, Einführung</i>	<i>0:00</i>	<i>1</i>
	<i>„Gegen 1“:</i>		
<i>9</i>	<i>- 2:1, Steady Four Beats</i>	<i>4:53</i>	<i>2</i>
<i>10</i>	<i>- Die Plus-Übung</i>	<i>5:33</i>	<i>3</i>
<i>11 ff</i>	<i>- Notenpyramiden</i>	<i>6:55</i>	<i>4</i>
<i>18 ff</i>	<i>4-Schritte-Demo am Beispiel 4:3</i>	<i>7:50</i>	<i>5</i>
	<i>* Bonus-Track = Ausdehnung und Zusammenziehung, Zähler-Nenner-Bezug</i>	<i>11:26</i>	<i>6</i>
<i>28</i>	<i>2:3, 3:2 – Demo</i>	<i>15:05</i>	<i>7</i>
<i>29 ff</i>	<i>Downbeat-Offbeat-Prinzip</i>	<i>20:44</i>	<i>8</i>
<i>39</i>	<i>4:5</i>	<i>40:50</i>	<i>21</i>
<i>45</i>	<i>2:3-Fills in 12/8</i>	<i>25:22</i>	<i>9 und 10</i>
<i>46</i>	<i>3:2-Fills</i>	<i>27:20</i>	<i>11</i>
<i>47</i>	<i>3:2-Subdivisionen</i>	<i>30:14</i>	<i>12</i>
<i>48/49</i>	<i>3:2 Afro-Kreuzrhythmik</i>	<i>33:48</i>	<i>15</i>

50	5:2 – Subdivisionen	31:44	12
50/51	3:2- und 3:4-Anwendung mit triolischem Doublebass Groove	35:33	16
51 ff	4:3, Quartolen in $\frac{3}{4}$	32:22	19
52	3:5, „Take Five“	37:37	18
53	5:4 und 5:4-Subdivisionen	37:00	17
	* Bonus-Track = Übergänge 3:2, 5:4, 5:2-Halftime	39:32	20
53 ff	3:8 mit Bass & Gitarren-Einblendung	38:57	19
59	Poly-Mix, Notenpyramide mit Doublebass	42:26	22
60	Polymetrik 4/4 über $\frac{3}{4}$	43:39	23 und 24
60	8 über 5 Acht Achtel über Fünf Achtel	47:02	25
61	8 über 7 Acht Achtel über Sieben Achtel	47:42	26
61	8 über 9 Acht Achtel über Neun Achtel	48:27	27

66	<i>3 über 4</i> <i>Rhythmische Verschiebung,</i> <i>um-interpretiert als 16-tel über anderthalb Takte</i>	49:18	28
66	<i>3 über 4</i> <i>Rhythmische Verschiebung als Jazz-Fills</i>	50:00	29
67	<i>Vor-Übung zu:</i> <i>$\frac{3}{4}$ – Verschiebungen im Jazz</i>	53:17	31
68	<i>$\frac{3}{4}$ – Verschiebungen im Jazz</i>	54:38	32 und 33
	<i>* Bonus-Track</i> <i>Kreuzrhythmik</i> <i>über 4/4 der einen Hand</i>	56:57	34
69	<i>Rhythmische Überlagerung</i> <i>5:4 Quintolen-Handsatz</i> <i>* Bonus = 7:4-Handsatz</i>	51:08	30
79	<i>Rhythmische Fünfer-Verschiebung</i> <i>über 1 Takt</i>	1:01:24	37
70/71	<i>dto. ./., über 4 Takte</i>	1:02:02	38
72 ff	<i>Kreuzrhythmik</i> <i>Unabhängigkeit zwischen Händen und Füßen</i>	57:19	35
75/76	<i>Komplementär-Rhythmik</i> <i>3 und 4 gleichzeitig</i> <i>nach links und rechts rotierend</i>	1:00:25	36
81	<i>Triolen Verschiebung</i> <i>über 3 Takte, Buch-Idee C1 interpretiert</i>	1:02:35	39