

# ベルディング習得トレ NGA

## ベルティング習得トレ NGA

### STEP① 呼吸管理をする

いつもどおり呼吸管理をしましょう。

### STEP② E4以上を「んがんが！」と発声する

E4以上の裏声音域を地声感を持って「んがんが！」と発声していきましょう。

### 注意点 息漏れ注意

「んがんが」と発声する時に、息が漏れないように注意しましょう。

「んが」が「んか」に聞こえたら息漏れに近いので要注意です。

というのも、

ガッガ！と発声するのは、「が」というツールが

一回声帯を接触させる特徴があるからです。

声帯を接触させることができれば、ベルティングに有利になるのはもう大丈夫ですね。

ということで、息が漏れないようにしっかりとガッガ！と

意識して発声するようにしましょう。

## **NGA × 手押し**

両手を押しながら「んがんが！」と発声してみましよう。

両手を合わせて、力強くグッと力を込めるのがポイントです。

