

Der erste Legato-Lick, den jeder Gitarrist lernen sollte

Sechs TAB-Beispiele, klare Technikregeln und ein sechswöchiger Übeplan für eine starke, entspannte Greifhand.

1 Anschlag	6 Legato-Töne	7-Ton-Zelle
------------	---------------	-------------

Dein Ziel

Jeder Ton klingt gleich laut, gleich lang und im gleichen Puls. Die Greifhand arbeitet klar, der Daumen bleibt locker und das Plektrum gibt nur den Startimpuls.

Nach der Live-Gitarrenstunde vom 10. September 2026 mit Horst Keller

Das Muster, das deine Greifhand aufbaut

Die Zelle beginnt auf dem höchsten Ton. Du schlägst nur diesen ersten Ton an. Danach übernimmt die Greifhand vollständig.

ABSCHLAG Startton	P · P abwärts	H · H aufwärts	P · P abwärts
-----------------------------	-------------------------	--------------------------	-------------------------

Die vier Qualitätsmerkmale

- **Gleiche Lautstärke:** Kein Legato-Ton fällt gegenüber dem Startton ab.
- **Gleiche Tonlänge:** Kein Ton wird verschluckt oder vorzeitig abgewürgt.
- **Ruhiges Timing:** Die sieben Töne laufen gleichmäßig, auch beim Richtungswechsel.
- **Entspannte Hand:** Finger treffen schnell und klar auf, pressen danach aber nicht weiter.

Merksatz

Wenn ein Ton einbricht, erhöhe nicht die Kraft. Reduziere das Tempo und finde die Ursache.

Zeichenerklärung

H	Hammer-on: Finger dicht hinter dem Bund aufsetzen.
P	Pull-off: Saite mit einem kleinen kontrollierten Impuls freigeben.
1 · 2 · 3 · 4	Zeigefinger · Mittelfinger · Ringfinger · kleiner Finger

Lockerheit, Handhaltung und Sound

Gutes Legato entsteht aus einer schnellen, präzisen Bewegung mit möglichst wenig unnötiger Spannung. Der Finger trifft die Saite klar, bleibt danach aber nur so fest liegen, wie es für einen sauberen Ton nötig ist.

Lockerheit als Teil der Technik

Im Livestream verweist Horst auf Joe Satrianis Legato-Spiel und betont: Zu viel Greifdruck verbraucht Energie, verspannt die Hand und kann sogar die Tonhöhe verändern. Entspannung ist deshalb selbst ein Teil der Technik.

Position der Greifhand

- Gitarre stabil und eher hoch halten, damit das Handgelenk nicht einknickt.
- Daumen locker an der Halsrückseite führen. Er stabilisiert, er klemmt nicht.
- Finger dicht hinter dem Bund aufsetzen.
- Schulter, Unterarm und Hand beobachten. Härte oder Ziehen ist ein Stoppsignal.

Sound zum Üben

- Ein sustainreicher, leicht bis deutlich angezerrter Solo-Sound unterstützt die Legato-Töne.
- Delay beim Technikcheck ausschalten. Echo kann ungleichmäßige Tonlängen und Lautstärken verdecken.
- Die Gitarre sollte gut eingestellt sein. Eine unnötig hohe Saitenlage erschwert die Kontrolle.
- Das Plektrum ist optional. Du kannst den Startton auch mit einem Finger anreißen.

Sicherheitsregel

Übe nie in Schmerz oder starken Zug hinein. Bei Müdigkeit ausschütteln, 20 bis 30 Sekunden pausieren und erst dann locker neu beginnen.

Vom Grundmuster zum ersten Stretch

Beispiel 1 · hohe e-Saite: 10-8-7-8-10-8-7, Finger 4-2-1-2-4-2-1

Beispiel 1: Hohe e-Saite

Der erste Legato-Lick · C-Dur-Tonmaterial · spielbarer Fingersatz

1 Abschlag · 2 Pull-offs · 2 Hammer-ons · 2 Pull-offs

Finger	4	2	1	2	4	2	1
Töne	D	C	H	C	D	C	H

H = Hammer-on · P = Pull-off · Finger: 1 Zeige · 2 Mittel · 4 kleiner Finger

Hörtest

Bleibt der siebte Ton genauso lang und tragfähig wie der erste?

Beispiel 2 · H-Saite: 10-8-6-8-10-8-6, Finger 4-2-1-2-4-2-1

Beispiel 2: H-Saite

Der erste Legato-Lick · C-Dur-Tonmaterial · spielbarer Fingersatz

1 Abschlag · 2 Pull-offs · 2 Hammer-ons · 2 Pull-offs

Finger	4	2	1	2	4	2	1
Töne	A	G	F	G	A	G	F

H = Hammer-on · P = Pull-off · Finger: 1 Zeige · 2 Mittel · 4 kleiner Finger

Techniktest

Spiele fünf Wiederholungen. Stoppe, sobald Daumen, Unterarm oder Schulter fest werden.

Das Muster auf G- und D-Saite

Beispiel 3 · G-Saite: 9-7-5-7-9-7-5, Finger 4-2-1-2-4-2-1

Beispiel 3: G-Saite

Der erste Legato-Lick · C-Dur-Tonmaterial · spielbarer Fingersatz

1 Abschlag · 2 Pull-offs · 2 Hammer-ons · 2 Pull-offs

Finger	4	2	1	2	4	2	1
Töne	E	D	C	D	E	D	C

H = Hammer-on · P = Pull-off · Finger: 1 Zeige · 2 Mittel · 4 kleiner Finger

Hörtest

Bleibt der siebte Ton genauso lang und tragfähig wie der erste?

Beispiel 4 · D-Saite: 9-7-5-7-9-7-5, Finger 4-2-1-2-4-2-1

Beispiel 4: D-Saite

Der erste Legato-Lick · C-Dur-Tonmaterial · spielbarer Fingersatz

1 Abschlag · 2 Pull-offs · 2 Hammer-ons · 2 Pull-offs

Finger	4	2	1	2	4	2	1
Töne	H	A	G	A	H	A	G

H = Hammer-on · P = Pull-off · Finger: 1 Zeige · 2 Mittel · 4 kleiner Finger

Techniktest

Spieler fünf Wiederholungen. Stoppe, sobald Daumen, Unterarm oder Schulter fest werden.

Beispiel 5: durch die C-Dur-Lage

Jetzt verbindest du sechs Siebenton-Zellen. Jede neue Saite erhält genau einen neuen Abschlag. Die sechs folgenden Töne entstehen wieder ausschließlich durch Pull-offs und Hammer-ons.

Beispiel 5: Legato durch die C-Dur-Lage

Gleichmäßige Sechzehntel · 7-Ton-Zelle je Saite · abwärts über alle sechs Saiten

1 Abschlag · 2 Pull-offs · 2 Hammer-ons · 2 Pull-offs

1. System: e, H, G

Finger: 4 3 1 3 4 3 1 4 2 1 2 4 2 1 4 2 1 2 4 2 1
Töne: C H A H C H A G F E F G F E D C H C D C H

2. System: D, A, E

Finger: 4 2 1 2 4 2 1 4 2 1 2 4 2 1 4 2 1 2 4 2 1
Töne: A G F G A G F E D C D E D C H A G A H A G

P = Pull-off · H = Hammer-on · Finger: 1 Zeige · 2 Mittel · 3 Ring · 4 kleiner Finger

Tonnamen deutsch · Standardstimmung · Saitenfolge: e, H, G, D, A, E

- Hohe e-Saite: Finger 4-3-1-3-4-3-1.
- Auf H-, G-, D-, A- und tiefer E-Saite: Finger 4-2-1-2-4-2-1.
- Achte am Saitenwechsel auf denselben Pegel. Der neue Abschlag darf nicht herausspringen.
- Spiele zuerst jede Saite einzeln. Verbinde erst zwei, dann drei und schließlich alle sechs Saiten.

Beim Saitenwechsel

Dämpfe die verlassene Saite ab, damit nur die gespielten Töne hörbar bleiben.

So entwickelst du aus einer Zelle Technik

Das Grundmuster bleibt gleich. Du veränderst nur Fingersatz, Lage oder Bewegungsrichtung. Dadurch trainierst du die Greifhand umfassend, ohne ständig neue Licks lernen zu müssen.

A · Fingersätze

- 1-3-4: Ringfinger und kleiner Finger als obere Paarung.
- 1-2-4: größerer Abstand zwischen Mittelfinger und kleinem Finger.
- 1-2-3: drei benachbarte Bündel als chromatische Dreifinger-Variante.
- 1-2-3-4: vier Finger chromatisch, rückwärts, vorwärts, rückwärts.

B · Waagerecht

- Zelle bundweise verschieben.
- Nur so weit gehen, wie Handhaltung und Klang stabil bleiben.
- Erster Ton jeder Position ist wieder der einzige Startimpuls.

C · Senkrecht über die Saiten

- Dieselbe Zelle zweimal auf einer Saite, dann auf der nächsten.
- Von dünn nach dick und anschließend von dick nach dünn.
- Beim Saitenwechsel die Lautstärke konstant halten.

Reihenfolge

Erst sauber auf einer Saite. Dann Positionswechsel. Danach Saitenwechsel. Verbinde die Anforderungen nicht zu früh.

Kreative Anwendung

Wenn die Bewegung zuverlässig ist, überträgst du sie auf weitere C-Dur-Positionen oder kurze Skalenwege auf einer Saite beziehungsweise einem Saitenpaar. Die Technikübung ist das Fundament, die Tonleiter liefert später das musikalische Material.

Beispiel 6: Vierfinger-Stretch

Diese Zelle ist bewusst chromatisch und trainiert alle vier Finger. Sie ist kein C-Dur-Lick. Spiele sie erst, wenn die Grundzellen locker funktionieren.

Beispiel 6: Vierfinger-Stretch

Hohe e- und H-Saite · reduzierte chromatische Trainingszelle

1 Abschlag · 3 Hammer-ons · 3 Pull-offs

Hohe e-Saite Bünde 5, 7, 8 und 9: kontrollierter Stretch

Finger	1	2	3	4	3	2	1
Töne	A	H	C	Cis	C	H	A

H-Saite Bünde 5, 7, 8 und 9: kontrollierter Stretch

Finger	1	2	3	4	3	2	1
Töne	E	Fis	G	Gis	G	Fis	E

H = Hammer-on · P = Pull-off · Finger: 1 Zeige · 2 Mittel · 3 Ring · 4 kleiner Finger

- Hohe e-Saite: 5-7-8-9-8-7-5, Töne A-H-C-Cis-C-H-A.
- H-Saite: 5-7-8-9-8-7-5, Töne E-Fis-G-Gis-G-Fis-E.
- Fingersatz auf beiden Saiten: 1-2-3-4-3-2-1.
- Technik: ein Abschlag, drei Hammer-ons, drei Pull-offs.

Harte Grenze

Kein Schmerz, kein starkes Ziehen, kein erzwungener Abstand. Stoppe sofort, wenn die Hand nicht frei bleibt. Große Extrem-Stretches gehören nicht in diese Übung.

Dosierung

Ein bis zwei ruhige Durchgänge pro Saite genügen am Anfang. Danach Hand ausschütteln und pausieren.

Metronom, Endlosschleife und Fortschritt

Dein Starttempo ist das Tempo, in dem alle sieben Töne gleichmäßig klingen und die Hand locker bleibt. Eine bestimmte Zahl ist weniger wichtig als die Qualität.

1 Zelle prüfen	2 4 Wiederholungen	3 10 s Pause	4 erneut prüfen
--------------------------	------------------------------	------------------------	---------------------------

- Beginne mit getrennten Siebenton-Zellen und einem Anschlag pro Zelle. Für die Endlosschleife auf einer Saite spielst du nach dem letzten tiefen Ton wieder aufwärts: bei Beispiel 1 also weiter mit 8-10-8-7. Der Anschlag entfällt dann.
- Erhöhe das Tempo nur nach drei gleichmäßigen, entspannten Durchgängen.
- Steigt Spannung auf, geh sofort zum letzten sicheren Tempo zurück.
- Notiere nicht nur BPM, sondern auch den schwächsten Finger und den schwierigsten Saitenwechsel.

Mit Metronom beginnen

Setze zunächst einen Ton auf jeden Klick. Die sieben Töne sind eine Bewegungsgruppe, keine vorgeschriebene Septole. Halte den Puls auch über die Zellgrenze hinweg gleichmäßig.

Vier Kontrollfragen

1	Ist der Startton deutlich lauter?
2	Wird der letzte Pull-off kürzer?
3	Eilt der Richtungswechsel nach vorn?
4	Hebt sich ein Finger unnötig weit ab?

Tempo-Regel

Geschwindigkeit ist das Ergebnis einer freien Bewegung. Sie wird nicht durch zusätzlichen Druck erzeugt.

Dein täglicher Übeblock

Dieser Ablauf ist ein Vorschlag für deine Praxis. Verkürze ihn bei Bedarf und rechne Erholungspausen hinzu. Beispiel 6 bleibt optional, bis die Hand dafür bereit ist.

Abschnitt	Dauer	Aufgabe
Ankommen	3-5 Min.	Hände aufwärmen, Gitarre stabil einstellen, zwei langsame Zyklen.
Grundzelle	5 Min.	Beispiel 1 oder 2. Lautstärke, Tonlänge und Timing prüfen.
Übertragung	5 Min.	Beispiele 3 und 4 oder eine chromatische Verschiebung.
C-Dur-Lage	6-8 Min.	Beispiel 5 erst in Saitenpaaren, dann vollständig.
Vierfinger-Zelle	2-4 Min.	Beispiel 6 nur schmerzfrei und ohne erzwungenen Stretch.
Abschluss	2 Min.	Lockerer bester Durchgang, Tempo und Beobachtung notieren.

Pausen gehören dazu

Wenn die Finger müde werden, Hand locker ausschütteln und 20 bis 30 Sekunden warten. Ein sauberer Neustart bringt mehr als eine verkrampfte Wiederholung.

Abbruchsignale

- Schmerz oder stechendes Ziehen.
- Taubheit, Kribbeln oder ein unangenehm harter Unterarm.
- Daumen drückt dauerhaft gegen den Hals.
- Tonqualität verschlechtert sich trotz langsamerem Tempo.

Sechs Wochen, eine klare Aufgabe

Horsts Auftrag lautet: sechs Wochen regelmäßig üben. Die folgende Wochenaufteilung hilft dir dabei. Bleib länger bei einem Schritt, wenn Klang oder Lockerheit noch nicht stimmen.

Woche	Schwerpunkt	Erfolgskriterium
1	Beispiele 1 und 2	Sieben Töne ohne Lautstärkeeinbruch.
2	Beispiele 3 und 4	Gleicher Puls auf dünnen und mittleren Saiten.
3	Beispiel 5 in Saitenpaaren	Saitenwechsel ohne Lautstärkesprung.
4	Beispiel 5 vollständig	Sechs Zellen verbunden, Hand bleibt locker.
5	Fingersatzvarianten	1-3-4, 1-2-4 und 1-2-3 kontrolliert.
6	Beispiel 6 und Anwendung	Stretch schmerzfrei, Solopassagen fühlen sich leichter an.

Wöchentlicher Rückblick

- Welcher Finger wird zuerst leiser?
- An welchem Saitenwechsel fällt die Linie auseinander?
- Bei welchem Tempo bleibt die Hand wirklich locker?
- Welche Stelle eines Solos fühlt sich durch die Übung bereits leichter an?

Konstanz

Bleib sechs Wochen bei dieser einen Grundidee. Neue Videos und neue Patterns dürfen warten. Die Routine entsteht durch Wiederholung, nicht durch Materialmenge.

Was sich von Woche zu Woche verändert

Notiere das Tempo zusammen mit deiner Zählweise, zum Beispiel ein Ton pro Klick. Halte fest, welcher Finger oder Saitenwechsel noch Aufmerksamkeit braucht.

Woche	sicheres Tempo	schwächster Finger	nächster Fokus
1			
2			
3			
4			
5			
6			

Dein nächster Schritt

Wähle für die kommende Woche eine konkrete Stelle. Entscheidend ist, dass sie gleichmäßiger klingt und die Hand dabei frei bleibt.

Dein Abschlusscheck

☐	Ich kann das Muster Abschlag, P, P, H, H, P, P auswendig.
☐	Der angeschlagene Ton und die sechs Legato-Töne sind annähernd gleich laut.
☐	Der letzte Pull-off bleibt hörbar und rhythmisch vollständig.
☐	Daumen, Unterarm und Schulter bleiben locker.
☐	Ich kann die Zelle auf mehreren Saiten spielen.
☐	Ich kann Beispiel 5 in Saitenpaaren verbinden.
☐	Ich kenne meine sichere Metronomgeschwindigkeit.
☐	Ich stoppe bei Schmerz und erzwingen keinen Stretch.

Der Kern

Der erste gute Legato-Lick ist kein Kunststück. Er zeigt dir ehrlich, wie selbstständig deine Greifhand bereits klingt.

Weiterüben

Wenn diese Basis nach sechs Wochen stabil ist, überträgst du das Muster auf weitere Tonleiterpositionen und echte Solopassagen. Die Bewegung bleibt dieselbe: ein klarer Startimpuls, danach eine freie, gleichmäßige Greifhand.

[Zur Gitarrenstunde mit Video und weiteren Lektionen](#)

Keep on playing und halte die Gitarre am Leben!