

להיזת

זמרת

בלי

להתאמץ



2



3



4



5

אם את חולמת להיות זמרת מפורסמת. או שאת סתם רוצה לדעת לשיר במסיבות בין החבר'ה. ומאוחר יותר, כשאת כבר א.מ.א. שיר-ערס לילך שלך, תרגילי פיי תוחקול פשוטים אלה מיועדים לך. ואם אין לך חלומות להיות זמרת. וברור לך שתמיד תזיפי. אבל את רוצה לדבר ברור. פשוט כדי שיבינו אותך. גם אז — תרגילים אלה מיועדים לך. את התרגילים עורכים מיספר דקות ביום. אך יש לעשות אותם מיספר פעמים ביום.

1. פתחי את הפה בעדינות. שימרי על הלסת התחתונה כשהיא נינוחה. השמיעי "הא" ארוך. כאשר את מניעה את הלסת התחתונה במהירות מצד אל צד. תרגיל זה עוזר לרפות את הלחץ בשרירי הגרון והלסת.

2. כאשר את כאילו לועסת בחווקה. השמיעי צלילים מגוונים. ללא תכלית. משך פמה שניות. כדי שלא יהיה לך קשה. התחילי בדו. רה ומי. הקסידי לערב את כל השרירים מהלשון למטה ולגרון. כמו בלעיסת מזון.

אם אינך מצליחה ללעוס בכאילו. התחילי בלעיסת מסטיק. כאשר את עורכת תרגיל זה. ורק אחר-כך המשיכי בלעיסה בפה ריק.

כאשר צלילים בלתי-תכליתיים אלה נש" מעים ברורים וחופשיים. התחילי להוסיף

לאשה

בהדרגה דיבור — תחילה מילים בודדות. ואחר-כך מישפטים שלמים. כשאת לועסת.

תרגיל זה עוזר ליצור גובה-צליל נור-מאלי ומשפר את איכות הקול שלך.

3. עמדי זקופה. ותוך שאת נושמת ב" איטיות. הרימי את זרועותיך לגובה הר כתפיים כשהן ניצבות וישרות. פתחי פה רחב. נישפי לאט וביציבות. ללא קול. את "האה" הידוע מתרגיל 1. כל זאת כאשר את מנמיכה בהדרגה את זרועותיך ומצי-מידה אותן לגוף.

נשיפת "האה" והורדת הידיים צריכים להימשך לפחות 20 שניות. אם אינך מצ-ליחה למשוך את נשימת "האה" משך 20 שניות. נסי אותו תרגיל כאשר את נושמת "ססססס" ארוך. אחרי שאת מתחילה עם "הססססס" נסי שוב את "האה".

4. עמדי עם ידיים על המותניים. כש-את אוחזת בצלעות התחתונות בתפיסה יציבה ואיטנה. האגודלים לאחור. והאצ-בעות מורות קדימה. כאשר את לוחצת על הצלעות. שאפי ונישפי. הצלע התחתונה צריכה להידחק אל הידיים בכל שאיפה.

5. עמדי ישר. כשידייך לצידי הגוף. סיפרי מאחת עד עשר. בקול גבוה ככל האפשר ובלחישת. כל זאת בנשיפה איטית אחת. אותו תרגיל עשי שוב. הפעם בקול מלא. אך גם זאת בנשיפה אחת.

סידרת תרגילים זו. שלוש פעמים ביום. מבטיחה לך שלפחות קולך יהיה יפה. צלול וברור. אם את מתעקשת להיות זמרת. את יכולה לנסות גם את המורה לזמרה.

מיספר-טלפון

על הישבן

הזעקה האחרונה באמריקה, אשר ברור כי היא תאומך מייד עליידי מתרחצות חופי שרתון וגורדון בתל-אביב, היא ציור מיספר-הטלפון על החלק התחתון של הישבן. נכון יותר על הישבן.

יש לזה הרבה יתרונות. לא צריך להיות שותפה לשיחות-הנישוח המטומטמות של הגבררים החצופים הרוצים להגיע בסופו של דבר למיספר-הטלפון שלך. ולא צריך

אופנה

להתבייש בפני החברות על שאת "פרא" יירית" שנותנת לכל אחד שמבקש את מיספר הטלפון.

לא צריך גם להיות צבעית. או בת של צבעי. כדי להכין זאת. מיתחי את החלק התחתון של הביקיני על לוח עץ. קחי מיכחול לא-עבה (מיספר 3) וכתבי את המיספר. לא לפני שאת מכניסה קרטון

שמירה כפולה

על חווה אלברשטיין

אחרי שעוברים את הבדיקות הרבות. מתקבלים בנימוס רב ובמיקצועיות רבה עליידי מלצרי המלון. רוקדים לצלילי תיז מורת הניקראת תזמורת הפנינים. אך למרות השם היא תזמורת טובה ומאוזנים לשירתה של חווה אלברשטיין.

חווה היא תמיד חווייה מוסיקלית. אילו רק ידעה להתלבש נכון. אחרי כליכך הרבה שנים על הבמה. היתה יכולה להיות גם חווייה ויזואלית.

להגיע היום אל הזמרת המפורסמת חווה אלברשטיין. זה לא דבר קל. צריך לעבור ביקורת קפדנית ליד דלת אחת. אחר-כך לעבור עוד ביקורת. עוד יותר קפדנית, ליד דלת שנייה. אם השומרים מחליטים שאתה מספיק מוכווד כדי לשמוע את חווה אל-ברשטיין. הם מוכנים לקחת ממך 45 לירות ולתת לך להיכנס.

יש לברך את מנהל המלון החדש והר מפואר ביותר בארץ. ראמאדה קונטיננטל. השוכן לו ברחוב המלונות. סליחה. רחוב הירקון בתל-אביב. על כי החליט לפתוח מועדון-לילה בעל רמה גבוהה. והחליט גם כי המועדון לא יהפוך מיפגש של מחפשות עם בעלי-הון או תיירים מודקנים. כמו המועדונים במלון הילטון ופאל (לשעבר שרתון) בתל-אביב.

וכמו שהחליט. כך עשה. הוא פתח את אולם אמריקה במרתף המלון. השקיע בו עשרות אלפי לירות והפך אותו למועדון

מועדונים

לילה מפואר. בו יודעים גם להכין משקאות מעולים. אחר-כך היתה לו הבעייה של התוכנית והקהל.

לשמור על קהל טוב. זה מיבצע שלק מעטים מבעלי מועדוני-לילה בתל-אביב הצליחו לעמוד בו. אפילו המלכה. פרדי ריקה סגל. נכשלה בכך ונאלצה לסגור את המועדונים שפתחה בשרשרת.

ראמאדה קונטיננטל החליט על יד חוקה מלכתחילה. מועדון אולם אמריקה הוכרו כמועדון-חברים. שבו מוכרים כרטיסי-חבר חד-פעמיים. בפתח המלון. ליד המעלית. בוחנים את פרצופו של המבקר שני עובדי דייה-מלון. אם אין הוא מוצא תן בעיניהם. הם אומרים לו שהמועדון הוא מועדון סגור. וחוף מזה גם מלא חיוס.

לאלה שהצליחו להתפלה. ממתנה ביי קורת נוספת. ליד דלת המועדון. שם נותנים בדיוק אותם הכסברים. לאלה ש אינם רצויים. ומוכרים כרטיסי-כניסה ל-אלה הנראים בסדר.



זמרת אהרשטיין לא יודעת להתלבש