

ERSTE POWERCHORDS UND ROCK-RIFFS IN E

Von der Griffform zum kompletten Riff, in 10
Blättern

Ein Weg in 10 Blättern vom ersten Powerchord zum Riff,
das für sich allein steht, komplett in der Tonart E.

10 Blätter · Niveau 1 bis 3 · in deinem Tempo

Für 7-Zoll-E-Reader optimiertes Layout (Kobo, Kindle, Boox
...), auch auf Smartphone und Tablet gut lesbar.

WARUM DIESES PAKET

Ein Powerchord besteht nur aus Grundton und Quinte (manchmal der Oktave), ohne Terz: Er ist weder Dur noch Moll, und seine Griffform ist überall auf dem Griffbrett dieselbe. Genau das macht ihn zum besten Einstieg ins Rock-Riff: Man lernt nur eine Form und verschiebt sie dann. Dieser Leitfaden bleibt von Anfang bis Ende in der Tonart E, damit die Greifhand nur eine einzige Landkarte des Griffbretts aufbaut (E5, G5 und A5, dann B5, D5 und C5 im Lauf der Riffs). Die Reihenfolge ist Absicht: zuerst die Greifhand (Blätter 1 und 2), dann die Anschlagshand und das Dämpfen (3 und 4), dann die Riff-Rhythmen (5 bis 7), zuletzt die Bewegungen auf dem Griffbrett und die melodische Phrase (8 bis 10). Die klassische Falle ist, Tempo zu suchen, bevor die Griffform automatisch sitzt: Hier bekommt sie ihre Zeit.

DER WEG IN 10 BLÄTTERN

01 Metal in E — Powerchords, Einstieg

STUFE 1 · METAL

Die eine Griffform lernen, die im gesamten Weg gebraucht wird.

02 Metal in E — Akkordwechsel

STUFE 1 · METAL

Die Form über das Griffbrett verschieben, ohne sie zu verformen und ohne auf den Rhythmus zu achten.

03 Metal in E — Rhythmus

STUFE 1 · METAL

Die Anschlagshand dazunehmen: enge Schläge, Handkante aufgelegt.

04 Metal in E — gedämpfte Anschläge

STUFE 1 · METAL

Das Dämpfen verfeinern: Der trockene Klang kommt allein von der Handkante.

05 Metal-Galopp-Riff — E-Moll

STUFE 2 · METAL

Den Galopp zuerst auf einer einzigen Saite üben, bevor er auf Akkorde übertragen wird.

06 Power-Riff — Galopp-Pedalton in E

STUFE 2 · METAL

Der Galopp auf E5, mit einem Nachbarakkord (A5), der die Wiederholung aufbricht.

07 Power-Riff — Synkope in E

STUFE 3 · METAL

Die Anschläge verschieben: Der Rhythmus wird zum Thema.

08 Power-Riff — stufenweiser Aufstieg in E

STUFE 3 · ROCK

Die Bewegung I–IV–V (E5, A5, B5): die Logik hinter Blues- und Rock-Verläufen.

09 Power-Riff — Abstieg in E

STUFE 3 · METAL

Sich auf dem Griffbrett nach Gehör und Gefühl zurechtfinden, abwärts E5, D5, C5, B5.

10 Riff Frage-Antwort — E-Moll

STUFE 2 · METAL

Den Powerchord verlassen: dieselbe Energie, angewandt auf ein melodisches Motiv der E-Moll-Pentatonik.

EMPFOHLENER ÜBUNGSPLAN

Woche 1 — Die Griffform (Blätter 1 und 2)

Eine einzige Form, verschoben: E5, G5, A5. Kein Rhythmus, kein Tempo: Ziel ist, dass die Hand die Form findet, ohne darüber nachzudenken.

Woche 2 — Die Anschlagshand (Blätter 3 und 4)

Enge Achtel, Handkante auf den tiefen Saiten. Schließen Sie jede Einheit mit einer langsamen, gleichmäßigen Achttakt-Schleife ab.

Woche 3 — Galopp und Synkopen (Blätter 5, 6 und 7)

Der Rhythmus wird zum Thema. Starten Sie deutlich unter dem angegebenen Tempo und steigern Sie in kleinen Schritten, erst nach drei sauberen Durchgängen in Folge.

Woche 4 — Riffs in Bewegung (Blätter 8, 9 und 10)

Aufstieg, Abstieg, dann Frage und Antwort: Der Powerchord wandert über das Griffbrett, und dieselbe Energie gilt für eine melodische Phrase.

01 · METAL IN E — POWERCHORDS, EINSTIEG

Stufe 1
Metal

 Blatt online: <https://guitarshelf.com/de/fiche/metal-e-powerchords-einstieg>

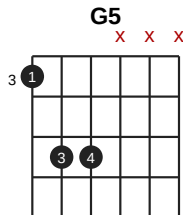
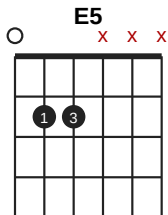
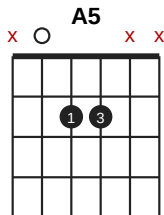
IHRE STELLUNG IM WEG

Die eine Griffform lernen, die im gesamten Weg gebraucht wird.

TIPP DES LEITFADENS

Hören Sie E5: Er klingt „offen“, weder Dur noch Moll. Das ist normal – es ist das Merkmal des Powerchords und der Grund, warum er überall passt.

AKKORDE



AKKORDFOLGE

I	I	III	I	IV	IV	I	I
E5	E5	G5	E5	A5	A5	E5	E5

Erster Kontakt mit den Powerchords des Katalogs: E5, G5, A5, in engen Achteln gespielt für einen Klang, der näher am Metal/Rock liegt als ein klassischer Pop-Anschlag. Ein Powerchord hat nur zwei oder drei Töne (den Grundton, seine Quinte, manchmal seine Oktave) und nie eine Terz — genau dieses Fehlen der Terz macht ihn leichter zu wechseln als einen vollen Akkord, aber auch schneller zu verschieben: ist die Handform auf E5 einmal gespeichert, überträgt sich dieselbe Form fast unverändert auf G5 und A5. Genau diese eine Form statt drei verschiedener zu lernen, ist der ganze pädagogische Sinn dieses Blatts.

TIPPS

Prägen Sie sich die Handform auf E5 ein (Grundton + 2 Saiten), bevor Sie an die anderen Akkorde denken: genau diese verschobene Form ergibt G5 und A5.

Lassen Sie die nicht spielenden Finger leicht auf den Nachbarsaiten liegen, ohne zu drücken: das verhindert, dass sie versehentlich mitklingen und den angestrebten engen Effekt zunichtemachen.

Suchen Sie noch nicht die Geschwindigkeit: ein schlecht gedämpfter Powerchord klingt genauso falsch wie ein schlecht gesetzter Akkord, selbst langsam gespielt.

02 · METAL IN E — AKKORDWECHSEL

Stufe 1

Metal

Blatt online: <https://guitarshelf.com/de/fiche/e-metal-akkordwechsel>

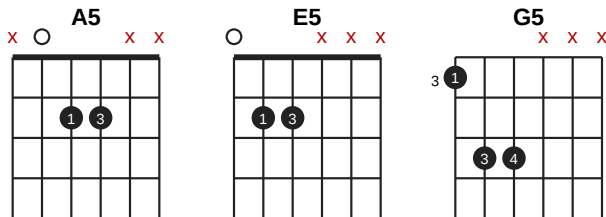
IHRE STELLUNG IM WEG

Die Form über das Griffbrett verschieben, ohne sie zu verformen und ohne auf den Rhythmus zu achten.

TIPP DES LEITFADENS

Peilen Sie drei saubere Durchgänge in Folge über acht Takte an statt eines schnellen: Gleichmäßigkeit schlägt in dieser Phase Tempo.

AKKORDE



AKKORDFOLGE

I	I	III	I	IV	IV	I	I
E5	E5	G5	E5	A5	A5	E5	E5

Gleiches Schema wie die Arpeggio-Version (E5-G5-A5), aber hier ist das Ziel umgekehrt: die Anschlagshand bleibt einfach (geschlagener Akkord, kein Ton-für-Ton-Zupfen), während die ganze Schwierigkeit auf die Greifhand übergeht, die die Powerchord-Form von Saite zu Saite verschieben muss, ohne den Abstand zwischen den zwei Fingern zu ändern. Deshalb ist dieses Blatt leichter eingestuft (Stufe 1) als seine Arpeggio-Cousine (Stufe 2): eine feste Form zu verschieben braucht weniger Koordination als zwei einzelne Noten rhythmisch zu zupfen.

TIPPS

Halte auf allen drei Akkorden genau denselben Fingerabstand: es ist ein Powerchord, die Form ändert sich nie, nur ihre Position auf dem Hals wandert.

Antizipiere den Wechsel zu A5 einen Schlag im Voraus: er ist der größte Sprung der drei Akkorde, der den Rhythmus bricht, wenn die Hand zu spät losgeht.

Sobald dieser Wechsel flüssig sitzt, geh zur Arpeggio-Version desselben Schemas über, um die Anschlagshand an denselben Akkorden zu üben.

03 · METAL IN E — RHYTHMUS

Stufe 1
Metal

 Blatt online: <https://guitarshelf.com/de/fiche/e-metal-rhythmus>

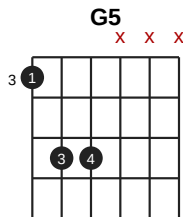
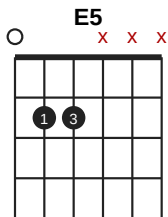
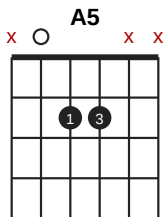
IHRE STELLUNG IM WEG

Die Anschlagshand dazunehmen: enge Schläge, Handkante aufgelegt.

TIPP DES LEITFADENS

Nehmen Sie sich mit dem Handy auf: Die Gleichmäßigkeit der Achtel hört man beim Abspielen besser als beim Spielen.

AKKORDE



AKKORDFOLGE

I	I	III	I	IV	IV	I	I
E5	E5	G5	E5	A5	A5	E5	E5

Ein Schlagmuster, angewendet auf die Folge E5-G5-A5, mit einem entscheidenden Unterschied zu den bereits geübten Pop- oder Blues-Rhythmusübungen: Ziel ist hier nicht ein voll ausklingender Klang, sondern enge Anschläge, leicht gedämpft durch die Handkante, für den trockenen, perkussiven Anschlag, der für Rock/Metal typisch ist. Ein weiterer technischer Unterschied: E5 wird auf der offenen tiefen E-Saite (Grundton) gespielt, gefolgt von zwei gegriffenen Tönen im 2. Bund, während G5 und A5 die ganze Hand weiter oben auf dem Griffbrett neu positionieren, ohne offene Saite als Orientierung.

TIPPS

Lassen Sie die Handkante ständig leicht auf den Basssaiten liegen, um den trockenen Anschlag zu erreichen — ein zu klar klingender Ton verrät eine Handfläche, die sich zwischen den Anschlägen abhebt.

Üben Sie zuerst nur den Wechsel E5?G5 allein, langsam in der Schleife: es ist der einzige Wechsel, der die offene Saite verlässt, also der, der am meisten Tastgefühl braucht.

Halten Sie das Handgelenk locker bei den engen Achteln: ein steifes Handgelenk ermüdet schnell und bringt die Gleichmäßigkeit lange vor den Fingern durcheinander.

04 · METAL IN E — GEDÄMPFTE ANSCHLÄGE

Stufe 1

Metal

Blatt online: <https://guitarshelf.com/de/fiche/e-metal-gedaempfte-anschlaege>

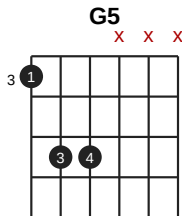
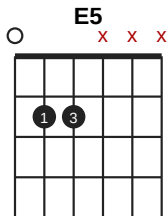
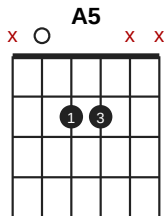
IHRE STELLUNG IM WEG

Das Dämpfen verfeinern: Der trockene Klang kommt allein von der Handkante.

TIPP DES LEITFADENS

Schlagen Sie leere Saiten an und verschieben Sie die Handkante einige Millimeter zum Hals, dann zum Steg: Finden Sie die Zone, in der der Klang trocken wird, ohne zu ersticken.

AKKORDE



AKKORDFOLGE

I	I	III	I	IV	IV	I	I
E5	E5	G5	E5	A5	A5	E5	E5

Anders als bei den Drop-D-Barré-Akkorden im Katalog, wo der Barré-Finger seinen Druck leicht lockern kann, um beim Dämpfen zu helfen, werden E5, G5 und A5 mit zwei unabhängigen Fingern gespielt, ganz ohne Barré: auf der linken Hand gibt es nichts zu lockern. Das Dämpfen hängt also ganz vom Handballen ab, genau wie bei einem vollständig offenen Akkord, aber aus einem anderen Grund — hier hat die linke Hand beim Dämpfen einfach keine Rolle, sie übernimmt nur das Greifen.

TIPPS

Versuchen Sie hier nicht, mit der linken Hand beim Dämpfen zu helfen: anders als bei einem Barré gibt es nichts zu lockern.

Konzentrieren Sie Ihre gesamte Arbeit auf den Handballen: seine Position muss stabil bleiben, während die Finger von einem Akkord zum nächsten wechseln.

Vergleichen Sie mit einem Drop-D-Barré-Akkord aus dem Katalog: das Gefühl in der linken Hand ist völlig anders, auch wenn der angestrebte Klang derselbe ist.

05 · METAL-GALOPP-RIFF — E-MOLL

Stufe 2**Metal**Blatt online: <https://guitarshelf.com/de/fiche/riff-e-metal-galopp>

IHRE STELLUNG IM WEG

Den Galopp zuerst auf einer einzigen Saite üben, bevor er auf Akkorde übertragen wird.

TIPP DES LEITFADENS

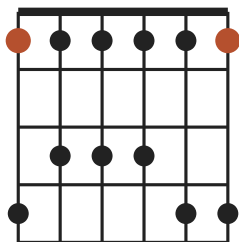
Wechseln Sie eine Minute gleichmäßige Achtel und eine Minute Galopp mit dem Metronom ab: Fällt der Klick nicht mehr auf die erste Note der Gruppe, werden Sie langsamer.

Ein Galopp-Riff auf der tiefen E-Saite allein: man wechselt den Grundton mit einer Nachbarnote über einem Rhythmus aus einer Achtel gefolgt von zwei Sechzehnteln, wiederholt über acht Takte. Es ist der minimale Metal-Riff schlechthin — zwei Noten, eine Saite, alles liegt in der Anschlagshand. Der Galopp ist ein rhythmisches Motiv, keine Geschwindigkeit: er wird langsam aufgebaut, zuletzt, wenn die Wechselbewegung des Plektrums vollkommen gleichmäßig ist.

TIPPS

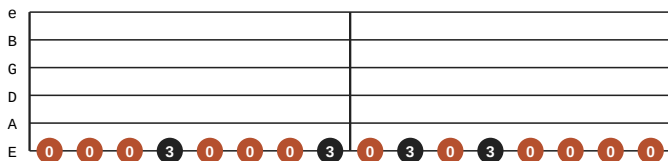
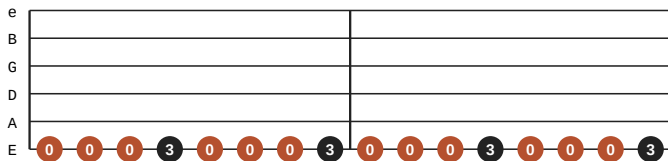
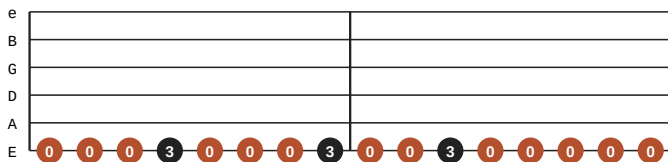
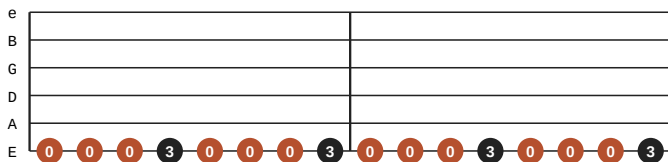
Greifhand entspannt: die ganze Arbeit kommt aus dem rechten Handgelenk in gleichmäßiger Wechselbewegung. Palm Mute durchgehend auf der Basssaite aufgelegt — das gibt dem Galopp seinen "Chugging"-Sound. Beginne sehr langsam in gleichmäßigen Achteln; füge das Galopp-Motiv erst hinzu, wenn die Achtel sauber sind.

GRIFFBRETTPOSITION



Pentatonique Mi mineur — pos. 1

TABULATUR



06 · POWER-RIFF — GALOPP- PEDALTON IN E

Stufe 2

Metal

~140 BPM

Blatt online: <https://guitarshelf.com/de/fiche/power-riff-e-galopp-pedalton>

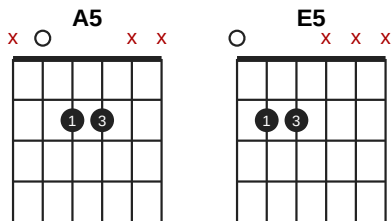
IHRE STELLUNG IM WEG

Der Galopp auf E5, mit einem Nachbarakkord (A5), der die Wiederholung aufricht.

TIPP DES LEITFADENS

Hören Sie den Einsatz von A5 voraus: Wer den Akkordwechsel vorwegnimmt, stolpert nicht über den Galopp.

AKKORDE



AKKORDFOLGE

I	I	I	IV	I	I	I	IV
E5	E5	E5	A5	E5	E5	E5	A5

Ein Power Chord hat nur zwei oder drei Saiten und keine Terz: er sagt weder Dur noch Moll, seine ganze Ausdruckskraft kommt aus dem Rhythmus. Dieser Riff ist die direkteste Metal-Vorlage: ein Pedalton auf E (E5), der immer wiederkehrt, mit einem einzigen Nachbarakkord (A5), der die Wiederholung alle zwei Takte bricht, über einem Galopp-Motiv - eine Achtel gefolgt von zwei Sechzehnteln. Bei 140 BPM ist es eine Übung für die Anschlagshand: Wechselschlag-Genauigkeit und enges, konstantes Palm Muting.

TIPPS

Übe den E5-Pedalton allein im Galopp, ohne den Nachbarakkord, bis der Rhythmus mechanisch sitzt. Enges Palm Mute auf dem Pedalton, gelöst auf dem betonten Akkord: dieser gedämpft/offen-Kontrast gibt dem Riff sein Relief.

Der Galopp zieht sich beim Tempoanstieg von selbst zusammen - zähle "1-e-und-e" laut mit, um die Sechzehntel gleich weit auseinanderzuhalten.

07 · POWER-RIFF — SYNKOPE IN E

Stufe 3

Metal

~130 BPM

Blatt online: <https://guitarshelf.com/de/fiche/power-riff-e-synkope>

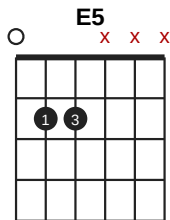
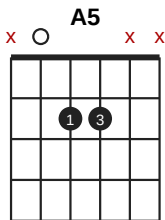
IHRE STELLUNG IM WEG

Die Anschläge verschieben: Der Rhythmus wird zum Thema.

TIPP DES LEITFADENS

Spielen Sie die Synkope zuerst nur auf E5, ohne Akkordwechsel, bevor A5 dazukommt: immer nur eine Variable.

AKKORDE



AKKORDFOLGE

I	IV	I	I	IV	I	IV	IV
E5	A5	E5	E5	A5	E5	A5	A5

Ein synkopierter Power-Chord-Riff auf E5-A5: die Schläge fallen absichtlich versetzt zum Schlag, was das gleichmäßige binäre Gefühl bricht, das man von einem Metal-Riff erwartet. Anders als beim Galopp (power-riff-mi-pedale-galop), der einen regelmäßigen betonten Schlag mit schneller Unterteilung zwischen den Treffern hält, verschiebt sich hier die Platzierung der Treffer selbst — ebenso eine Übung der rhythmischen Wahrnehmung wie der Anschlagshand, denn das Ohr muss erst akzeptieren, dass die Betonung nicht dort fällt, wo es sie erwartet.

TIPPS

Isoliere den Rhythmus zuerst ohne Gitarre, tippe mit dem Fuß den Schlag und klatsche die synkopierten Treffer.

Halte das Handgelenk locker und den Arm ständig in Bewegung: die Verschiebung entsteht aus der Wahl, zu schlagen oder nicht, nie aus einer Pause im Arm.

Vergleiche mit power-riff-mi-pedale-galop, sobald es sicher sitzt: zwei verschiedene Wege, die Monotonie eines wiederholten Power Chords zu brechen.

08 · POWER-RIFF — STUFENWEISER AUFSTIEG IN E

Stufe 3

Rock

~115 BPM

Blatt online: <https://guitarshelf.com/de/fiche/power-riff-e-stufenweiser-aufstieg>

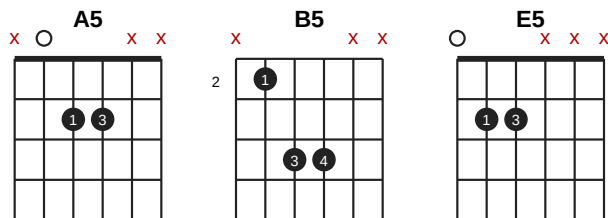
IHRE STELLUNG IM WEG

Die Bewegung I–IV–V (E5, A5, B5): die Logik hinter Blues- und Rock-Verläufen.

TIPP DES LEITFADENS

Die Griffform ist die aus den Blättern 1 und 2: Nur der Startbund ändert sich. Im Zweifel zurück zu Blatt 2.

AKKORDE



AKKORDFOLGE

I	I	IV	IV	V	V	I	I
E5	E5	A5	A5	B5	B5	E5	E5

Ein Power-Chord-Riff, der von E aus stufenweise aufsteigt — E5, dann A5, dann B5 — bevor er sich wieder auf dem Grundton niederlässt, statt der schlichten Pedaltechnik, die ständig zum selben Akkord zurückkehrt. Es ist eine I-IV-V-Harmoniebewegung, dieselbe wie bei einem Blues oder einer klassischen Kadenz, aber in Power Chords und engen Achteln gespielt: die übliche funktionale Progression, durch den rhythmischen Filter eines Rock-Riffs geschickt.

TIPPS

Isoliere den Akkordwechsel allein in einer langsamen Schleife, bevor du ihn in den vollen Riff-Rhythmus zurücksetzt: genau dieser Moment kostet meist das Tempo. Höre den Aufstieg als wachsende Spannung (E zu A zu B) und den letzten Grundton als ihre Auflösung — das hilft, die Energie der Anschlagshand zu platzieren.

Vergleiche mit power-riff-mi-descente: gleiches Prinzip der Power-Chord-Bewegung auf dem Griffbrett, entgegengesetzte Richtung.

09 · POWER-RIFF — ABSTIEG IN E

Stufe 3

Metal

~135 BPM

Blatt online: <https://guitarshelf.com/de/fiche/power-riff-e-abstieg>

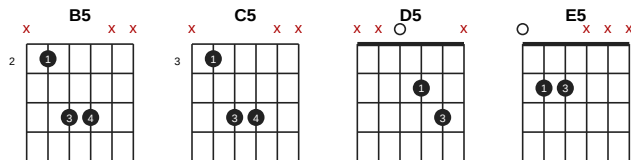
IHRE STELLUNG IM WEG

Sich auf dem Griffbrett nach Gehör und Gefühl zurechtfinden, abwärts E5, D5, C5, B5.

TIPP DES LEITFADENS

Beenden Sie jede Einheit mit einem Durchgang, bei dem Sie nicht aufs Griffbrett schauen: Das ist der echte Test fürs Einprägen.

AKKORDE



AKKORDFOLGE

I	VII	VI	V	I	VII	VI	V
E5	D5	C5	B5	E5	D5	C5	B5

Statt des ewigen Hin und Her zwischen zwei Powerchords fällt dieser Riff durch vier: E5, D5, C5, H5, einer pro Takt, immer weiter weg vom Grundton, bevor er von vorn beginnt. Die Greifhand muss also den ganzen Powerchord in jedem Takt umsiedeln, mit gleicher Form (Grundton plus Quinte) und gleichem Palm Mute. Es ist ebenso sehr eine Übung im Kartieren des Griffbretts wie im Rhythmus: am Ende soll der Abstieg E-D-C-H ohne Hinsehen gelingen, nach Gehör und Gefühl.

TIPPS

Präg dir zuerst die Reihenfolge der vier Akkorde ein, indem du sie als ganze Noten spielst, einen pro Takt, ohne Rhythmus: die mentale Karte vor der Geschwindigkeit.

Halte die Handkante während der ganzen Bewegung nah am Steg auf den Saiten: das Palm Mute darf zwischen den Akkorden nicht abreißen.

Der Abstieg geht um einen Ganz- oder Halbton: spüre das Intervall unter den Fingern, statt Bünde zu zählen.

10 · RIFF FRAGE-ANTWORT — E-MOLL

Stufe 2**Metal**Blatt online: <https://guitarshelf.com/de/fiche/riff-e-frage-antwort>

IHRE STELLUNG IM WEG

Den Powerchord verlassen: dieselbe Energie, angewandt auf ein melodisches Motiv der E-Moll-Pentatonik.

TIPP DES LEITFADENS

Nehmen Sie eines der Riffs aus diesem Weg, verstehen Sie es als „Frage“ und erfinden Sie die Antwort so wie in diesem Blatt.

Dieser Riff ist als Frage und Antwort aufgebaut: eine erste Phrase stellt eine Idee auf - sie steigt durch Position 1 der e-Moll-Pentatonik und fällt dann auf den Grundton zurück - und eine kürzere zweite Phrase antwortet ihr mit einer leichten Variation. Es ist der Grundbaustein fast jedes Blues-, Rock- oder Metal-Solos: man lernt, eine Phrase als Frage zu hören, die eine Fortsetzung verlangt, nicht als bloße Notenfolge. Der Fingersatz verlässt diese Stelle des Halses nie; die ganze Schwierigkeit ist, die beiden Phrasen miteinander sprechen zu lassen.

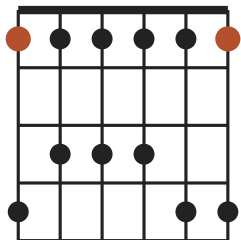
TIPPS

Singe die Frage, bevor du sie spielst, dann singe eine Antwort: was du nicht singen kannst, spielt die Hand auch nicht sauber.

Die Antwort soll keine transponierte Kopie sein: ändere eine Note, einen Rhythmus, die Länge - genug, dass es als Dialog klingt.

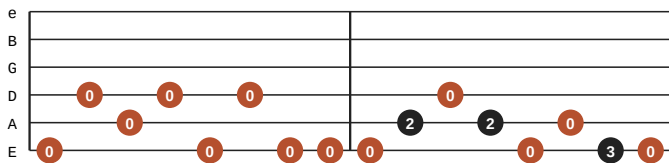
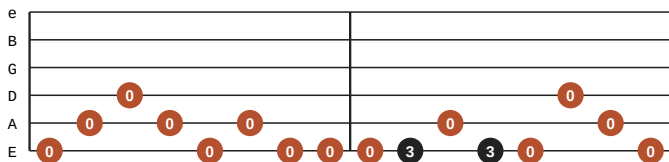
Lass eine Stille zwischen den beiden Phrasen; die Lücke gehört zur Phrasierung.

GRIFFBRETTPOSITION



Pentatonique Mi mineur — pos. 1

TABULATUR



WIE MAN ES BENUTZT

1. Drucken Sie die Blätter der Reihe nach aus, oder bewahren Sie sie als PDF auf einem Tablet in der Nähe Ihrer Gitarre auf.
2. Ein Blatt pro Einheit genügt: besser mehrere Tage wiederholen, als alle zehn auf einmal durchzuspielen.
3. Notieren Sie Datum und erreichtes Tempo auf der Rückseite jedes Blatts: das Spiel wird nach Gehör verfeinert, der Fortschritt aber mit dem Metronom gemessen.
4. Sobald alle Blätter durchgearbeitet sind, gibt es denselben Weg in anderen Tonarten auf der Website, um das Gelernte zu transponieren.

WAS IST GUITARSHELF

Guitarshelf ist eine Website mit Gitarrenübungsblättern, kostenlos und ohne Konto:

- Ein Katalog von Blättern, sortiert nach Stil, Niveau (1 bis 6) und Übungsart (Schema, Riff, Skala, Technik...).
- Ein Generator, der auf Wunsch ein brandneues Übungsblatt nach gewählten Kriterien erstellt.
- Ein Glossar und Ausrüstungsratgeber, um Fachbegriffe und die Pflege des Instruments zu verstehen.
- Ein persönliches Notizbuch: stellen Sie Ihre eigene Auswahl an Blättern zusammen und exportieren Sie sie als PDF, wie dieses hier.

Den Weg fortsetzen auf <https://guitarshelf.com>