

„Die Geest-Bouler“

Ausgezeichnet in 2012 mit einem "Stern des Sports"



Grundkurs Boule

In 3 Einheiten zu je 2 Stunden

Zielgruppe: Anfänger mit etwas Erfahrung beim Spiel mit den Stahlkugeln

Zielsetzung: Grundtechnik und erste Varianten, Kenntnis wichtigster Regeln

- Erlernen und Üben der Grundtechnik beim Kugelwurf
- Erwerben der Präzision beim Kugelwurf
- Wohin soll die Kugel?
- Erste Varianten beim Kugelwurf
- Legen oder Schießen?
- Verhalten während der laufenden Partie
- Einige wesentliche Regeln
- Das Schweinchen werfen – nicht wegwerfen
- Die letzte Rettung: Schießen
- Schießen kann jeder – um zu treffen muss man üben

Einheit 3

I. Zur Auflockerung - Spiel – Mensch ärgere dich nicht (max. 15 Min.)

- Über den Platz sind 2 x 4 Wurfkreise verteilt
- Die Kreise liegen in unterschiedlichen Abständen von 3 m bis 8 m
- ein Startkreis ist auf dem Boden gekratzt.
- Jede Gruppe (4 Teilnehmer) übt an einer Strecke mit 3 Kreisen
- Jeder Teilnehmer hat 3 Kugeln.

Ziel : Aus dem Startkreis eine Kugel so legen, dass sie im ersten Zielkreis liegen bleibt. Danach darf man mit einer weiteren Kugel von dem erreichten Kreis aus weiterspielen und versuchen den nächsten Kreis zu erreichen. Sind alle 3 Kugeln aufgebraucht, kommt der nächste Teilnehmer dran. Wenn man selbst wieder dran ist, spielt man von dem Kreis aus weiter, den man zuletzt erreicht hatte. Sieger ist, wer als Erster (mit der geringsten Anzahl geworfener Kugeln) den letzten Kreis erreicht.

II. Gegen sehr gut gelegte Kugeln des Gegners spielen (45 Min.)

- Was soll man da noch machen? Schießen als letzte Rettung.
- Dazu als Einstieg eine Partie (Triplette) – Rollenverteilung!!
- Nur legen – bis eine Kugel sehr, sehr nah am Schweinchen liegt.
- Möglichst seitlich, links oder rechts vom Schweinchen.
- Dann wird die Partie unterbrochen und die gut platzierte Kugel gegen eine Chromkugel ausgetauscht.
- Was machen wir jetzt?

a) Spiel gegen diese sehr gut platzierte Kugel

Einzel, jede Teilnehmerin / jeder Teilnehmer nach freier Entscheidung
Jeder hat zwei Kugeln - alle anderen beobachten
Welche Optionen?

1. Einfach versuchen noch besser zu legen – möglichst auf Gewinn
2. Eigene Kugel auf die gegnerische spielen (devant) – eng machen, ggf. Verlust begrenzen
3. Mit der eigenen Kugel die Kugel des Gegners herausdrängen - devant spielen, aber mit etwas mehr Druck, damit die gegnerische Kugel auch nach hinten bewegt wird.

oder

4. Die letzte Rettung: Die gegnerische Kugel direkt angreifen – Schuss!

Wer macht was?

Gedanklich festhalten und nach dem Durchgang diskutieren.

b) Zusammenfassung:

Welche Risiken haben die Optionen 1 – 3?

1. Besser legen ist bei einer sehr guten Kugel nur schwer möglich dazu gehört auch viel Glück.
2. Eine Kugel „devant“ zu spielen erfordert einen sehr präzisen Wurf und die Erfolgsaussichten werden stark vom Gelände beeinflusst.
3. Defensiv zu spielen ist nur bei einem „erträglichen Spielstand“ möglich wenn es sehr eng wird, hilft Verteidigen nicht mehr. Z.B. Stand 12:11 für den Gegner und die gut platzierte Kugel bedeutet den 13. Punkt.
4. **Da bleibt dann eigentlich nur der Angriff!**
Wenn schon nicht gewinnen – dann wenigstens mit fliegenden Fahnen untergehen.

c) Was bedeutet nun „Angreifen durch Schießen“?

1. Wir wollen die gegnerische Kugel treffen.
2. Sie soll dann möglichst weit wegrollen / wegfliegen – was auch immer,
3. Hauptsache: **WEG!**

Welche Möglichkeiten gibt es beim Schuss?

- der Flachschiuss (rafle)

- Kugel berührt ca. 4 – 2 m vor dem Ziel den Boden – oft auch schon früher.
- Wenn andere Kugeln vor dem Ziel liegen funktioniert es nicht.
- Ist nicht so gern gesehen (aber was kümmert das uns?).
- Funktioniert auf glatten Böden, z.B. auf Sportplätzen, Parkwegen etc.

Vorteil : Ich muss nur die Richtung einhalten und gerade werfen!

Nachteil : Der Boden hat einen starken Einfluss.

- Eisenschuss (tir au fer)

- Halbhohen Abwurfbogen aus dem Stand.
- Die Wurfkugel fällt im Bogen direkt auf die Zielkugel ohne vorher den Boden zu berühren.
- Es ist keine hohe Wurfgeschwindigkeit erforderlich.
- Allein das Gewicht der fallenden Kugel sorgt dafür, dass die Zielkugel weit weg bewegt wird.

- Vorteil : Diese Technik ist auf jedem Boden erfolgreich zu spielen!
Die eigene Kugel bleibt auch dann im Spiel, wenn man verfehlt!
- Deshalb : Sanft werfen!
- Nachteil : Erfordert sehr viel Training. Treffsicherheit ist auch stark von der mentalen Verfassung bestimmt.

***Der Eisenschuss ist die Basistechnik eines jeden Schießers.
Besonders auf unebenen oder harten Böden zwingend***

- Schuss davor (tir devant)

- Kugel wird im halbhohen bis hohen Bogen geworfen und trifft erst kurz vor der gegnerischen Kugel auf den Boden.
- Im Prinzip der gleiche Ablauf wie beim Eisenschuss nur ist der Bogen ein klein wenig flacher und die Strecke ein klein wenig kürzer.
- Außerdem muss die Kugel mit mehr Rückdrall gespielt werden, damit sie nicht so sehr vom Boden nach oben abspringt.

Vorteil : Die Zielkugel wird von vorn getroffen.

Bei dosierter Geschwindigkeit ist leicht ein „carreau“ möglich

Nachteil : Die Wurfkugel kann über die Zielkugel springen eine Unebenheit kann den Schuss noch verderben. Wird gern und erfolgreich auf Kies- und Splittböden gespielt.

d) Wir konzentrieren uns auf die Basistechnik:

1. Den Eisenschuss (tir au fer)

These:

- Der Eisenschuss ist der gleiche Ablauf wie beim Legen mit Halb-Portée!
- Die „Donée“ ist lediglich kleiner (zu treffende Kugel) und weiter entfernt.

Erkenntnis:

- Auch ein guter Schiesser trifft nicht immer.

- Diese beiden Feststellungen sind für uns überaus wichtig:
- Sie zu verinnerlichen nimmt uns die Angst vor dem Schießen!
- Wir können in einer solchen Übungseinheit niemanden zum begnadeten Schiesser machen.
- Deshalb gilt nun: ÜBEN – ÜBEN - ÜBEN

Jetzt erholen wir uns erst einmal bei einer kurzen Pause

III. Wir wechseln zur „Schotterpiste“

- Eine erste Übung zum Eingewöhnen (20 Min.)

Aufbau:

- Das Schweinchen liegt in einem Quadrat mit 1 m Kantenlänge
- seitlich in der Mitte und in der Tiefe 30 cm vor dem hinteren Rand.
- Das Quadrat ist markiert.
- Der Wurfkreis wird in 6,5 m und 8 m Entfernung gelegt und seitlich im Kreis verschoben, damit sich immer wieder eine neue Donnée ergibt.

Übung:

- Jeder wirft einzeln 3 Kugeln
- Dabei soll die Kugel in dem Zielquadrat liegen bleiben.
- Vor Beginn der Würfe ist eine Donnée zu suchen und zu bestimmen.
- Danach soll die Donnée getroffen werden und die Kugel das Ziel erreichen
- Bei den Würfen muss ggf. die Wurfhöhe korrigiert werden.

Anmerkung am Rande:

Bisher haben wir unsere Kugeln immer aus dem Stand gespielt. Wenn ihr bessere / erfahrenere Spieler beobachtet, werdet Ihr feststellen, dass viele ihre Kugeln aus der Hocke spielen.

Warum wohl?

Diese fortgeschrittene Wurftechnik werden wir uns im Moment noch verkneifen und erst mal versuchen, aus dem Stand zielsicher zu werfen.

IV. SO – JETZT HABEN WIR GENUG GEÜBT – JETZT WIRD ES ERNST

- Wir spielen jetzt zwei Partien auf Schotter
- Dazu aber noch ein paar Vorbemerkungen:
Bisher haben wir uns um Regeln und Verhaltensweisen noch kaum gekümmert – jetzt werden wir ein paar Dinge beachten.
- Verhalten während der Gegner am Spiel ist:
 1. Wir stören den Werfer nicht in seiner Konzentration!
 2. Wir stehen seitlich hinter dem Schweinchen oder hinter dem Werfer!
 3. Zum Werfer des Gegners halten wir min. 2 m Abstand!
 4. Zwischen Werfer und Schweinchen dürfen nur Spieler der gleichen
 5. Mannschaft stehen!
 6. Das Spielfeld gehört nur der werfenden Mannschaft!
 7. Wenn wir „Pause“ haben, haben wir auf dem Spielfeld nichts zu suchen!
 8. Nach einem Wurf des Gegners rennen wir deshalb auch nicht zu den Kugeln, denn wir haben dort nichts zu suchen!
 9. Es ist ausschließlich bei der werfenden Mannschaft, zu bestimmen, ob eine Kugel besser ist als unsere beste Kugel.
 10. Erst wenn die Gegner behaupten, dass ihre Kugel besser sei, können wir auf das Feld gehen und das prüfen. Vorher haben wir dort nichts zu suchen!
- Und jetzt noch einige weitere wichtige Punkte beim Boulespiel:
 11. Bisher haben wir i.d.R. auf einer abgegrenzten Bahn gespielt.
 12. Wenn eine Kugel die Umrandung berührte, war sie „AUS“ und zählte nicht mehr.
 13. Diese Form des Spiels auf einer abgegrenzten Bahn wird als „CARRÉE“ bezeichnet.
 14. Hier spielen wir nun in einem freien, nicht begrenzten Gelände - das wird als „terrain libre“ bezeichnet.
 15. Hier gibt es keine Begrenzung und deshalb auch kein klares „AUS“
 16. Wurfkugeln können deshalb nicht AUS sein.
 17. Die Zielkugel (Schweinchen) ist aus - wenn sie im Spiel so bewegt wird, dass sie mehr als 20 m oder weniger als 3 m vom Wurfkreis entfernt liegt (nicht beim Auswerfen – dort gilt nach wie vor min. 6 m und max. 10 m)
 18. Die Zielkugel (Schweinchen) ist aus, wenn sie in einer Pfütze frei schwimmt.
 19. Die Zielkugel (Schweinchen) ist aus, wenn sie aus dem Wurfkreis nicht mehr frei sichtbar ist, z.B. hinter einem Baum! (Das gilt nicht, wenn die Zielkugel durch eine Kugel verdeckt ist.)
 20. Der Wurfkreis wird um die letzte Position der Zielkugel gelegt.
 21. Das Auswerfen der Zielkugel kann in jede beliebige Richtung erfolgen.
 22. Besonders wichtig auf dieser Schotterpiste: Es darf keine Veränderung des Spielgeländes vorgenommen werden! Selbst Hindernisse dürfen nicht weggeräumt werden. -> Dann muss man eben die Zielkugel woanders hinwerfen.

So, nun können wir spielen! Viel Glück und SCHÖNES SPIEL!

V. Zum Ende der 3. Einheit

DANKE – das war der Boulegrundkurs!

Wir haben gelernt, ordentlich zu legen und in der Not uns unserer Haut zu wehren.

Die Erfahrungen im freien Spiel zeigen:

WIR KÖNNEN MITSPIELEN UND BESTEHEN!

**Wir sind kein wandelndes Regelheft geworden – das brauchen wir auch nicht!
Ich hoffe, wir treffen mal wieder beim Spiel mit den Eisenkugeln aufeinander.**

Danke für Eure Aufmerksamkeit!

Und jetzt:

ALLEZ LE BOULE! – Und immer eine gute Kugel!

Verfasser:

Manfred Habenicht

Spartenleiter Boule – Die Geest-Bouler

SV Germania Breklum von 1920 e.V.