

## Praktisches Training für Pétanque-Breitensportler

### 01 - Freies Legen:

Entfernungen/Kreis: 7 m / 9 m

3 Wurf pro Kreis

Zielkugel mittig in Kreis mit Durchmesser 50 cm. Um die Zielkugel wird außerdem noch ein Kreis von 10 cm Durchmesser gezogen.

6 Wurf - max. 30 Punkte:

- Kugel in innerem Kreis (10 cm) - 5 Punkte;
- Kugel in äußerem Kreis (50 cm) - 3 Punkte;
- Kugel zieht das Schweinchen aus dem inneren Kreis in den äußeren Kreis und beide bleiben dort liegen - 1 Punkt

### 02 - Portée

Entfernungen/Kreis: 7 m / 9 m

3 Wurf pro Kreis

Zielkugel mittig in Kreis mit Durchmesser 50 cm. Um die Zielkugel wird außerdem noch ein Kreis von 10 cm Durchmesser gezogen.

Es werden Linien auf folgende Distanzen gezogen: 5 m beim 7m-Legen und 7 m beim 9m-Legen.

Die gespielte Kugel darf nur hinter der jeweils gezogenen Linie aufkommen.

6 Wurf - max. 30 Punkte:

- Kugel in innerem Kreis (10 cm) - 5 Punkte;
- Kugel in äußerem Kreis (50 cm) - 3 Punkte;
- Kugel zieht das Schweinchen aus dem inneren Kreis in den äußeren Kreis und beide bleiben dort liegen - 1 Punkt

### 03 - Éffet

Entfernungen/Kreis: 8 m

3 Wurf

Zielkreis mit Durchmesser 50 cm. Ohne Zielkugel. Der Kreis wird außerdem noch seitlich halbiert, so daß es eine rechte und eine linke Hälfte gibt.

1 Meter vor dem Kreis wird mittig eine 50 cm breite Sperre (Steine, Kugeln, Holzbalken) aufgestellt, so daß der Kreis nur von rechts oder links erreicht werden kann.

03a - Linkseffet: Der Spieler muß seine Kugel über rechts am Hindernis vorbei in den Kreis spielen (gespielte Kugel muss vor dem Hindernis schon Bodenberührung haben).

3 Wurf - max. 15 Punkte:

- Kugel in linker Kreishälfte - 5 Punkte;
- Kugel in rechter Kreishälfte - 3 Punkte;
- Kugel bleibt genau zwischen Hindernis und Kreis liegen - 1 Punkt;

03b - Rechtseffet: Der Spieler muß seine Kugel über links am Hindernis vorbei in den Kreis spielen (gespielte Kugel muss vor dem Hindernis schon Bodenberührung haben).

3 Wurf - max. 15 Punkte:

- Kugel in rechter Kreishälfte - 5 Punkte;
- Kugel in linker Kreishälfte - 3 Punkte;
- Kugel bleibt genau zwischen Hindernis und Kreis liegen - 1 Punkt

### 04 - Drücken

Entfernungen/Kreis: 7 m / 9 m

3 Wurf pro Kreis

Kreis mit Durchmesser 50 cm. Ohne Zielkugel. Zu drückende Kugel befindet sich 20 cm mittig vor dem Kreis.

6 Wurf - max. 30 Punkte:

- Beide Kugeln (Wurf- und Zielkugel) werden in den Kreis gespielt - 5 Punkte;

- Nur die Zielkugel wird in den Kreis gespielt - 3 Punkte;
- Zielkugel wird zwar angespielt, bleibt aber nicht im Kreis liegen - 1 Punkt.

#### 05 - Sauziehen

Entfernungen/Kreis: 7 m / 9 m

3 Wurf pro Kreis

Zielkugel mittig in Kreis mit Durchmesser 50 cm. Um die Zielkugel wird außerdem noch ein Kreis von 10 cm Durchmesser gezogen. Die Zielkugel soll aus dem Kreis herausgespielt werden. Gespielte Kugel muss vor dem äußeren Kreis aufgekommen sein.

6 Wurf - max. 30 Punkte:

- Zielkugel verläßt den äußeren Kreis - 5 Punkte;
- Zielkugel verläßt den inneren aber nicht den äußeren Kreis - 3 Punkte;
- Zielkugel wird zwar gespielt, verläßt aber den inneren Kreis nicht - 1 Punkt

#### 06 - Devantkugel

Entfernungen/Kreis: 7 m / 9 m

3 Wurf pro Kreis

Kreis mit Durchmesser 30 cm. Kreismittig befindet sich eine Eisenkugel. Von ihr ausgehend wird in einem 90 Grad Winkel (zum Spielenden aufgefächert) ein Winkel zum Kreisaußenrand gezogen. In diesen Sektor muss nun gelegt werden. Die Eisenkugel darf zwar angespielt werden, jedoch dabei nicht aus dem Kreis entfernt/gedrückt werden. Der 90 Grad Sektor bleibt im Berührungsfall jedoch grundsätzlich am markierten Ort.

6 Wurf - max. 30 Punkte:

- Kugel im gezogenen Winkel näher als 5 cm von der Kugel - 5 Punkte;
- Kugel im gezogenen Winkel weiter als 5 cm von der Kugel - 3 Punkte;
- Kugel außerhalb des gezogenen Winkels aber näher als 5 cm von der Kugel - 1 Punkt

#### 7 - Durchspielen

Entfernungen/Kreis: 7 m / 9 m

3 Wurf pro Kreis

Kreis mit Durchmesser 30 cm. Ohne Zielkugel. Vor dem Kreis (30 cm davor) liegen zwei Eisenkugeln auf gleicher Höhe, 30 cm voneinander entfernt.

Ziel ist es, durch dieses Hindernis hindurchzuspielen und im Kreis liegenzubleiben.

6 Wurf - max. 30 Punkte:

- Kugel erfolgreich in den Kreis hindurchgespielt, mit oder ohne Bec - 5 Punkte;
- Kugel erfolgreich hindurchgespielt, mit oder ohne Bec, verfehlte allerdings den Kreis, bleibt aber näher am Zielkreis als die zwei durchspielten Kugeln liegen - 3 Punkte;
- Kugel erfolgreich hindurchgespielt, mit oder ohne Bec, verfehlte allerdings den Kreis, bleibt auch nicht näher am Zielkreis als mind. eine der zwei durchspielten Kugeln liegen - 1 Punkt