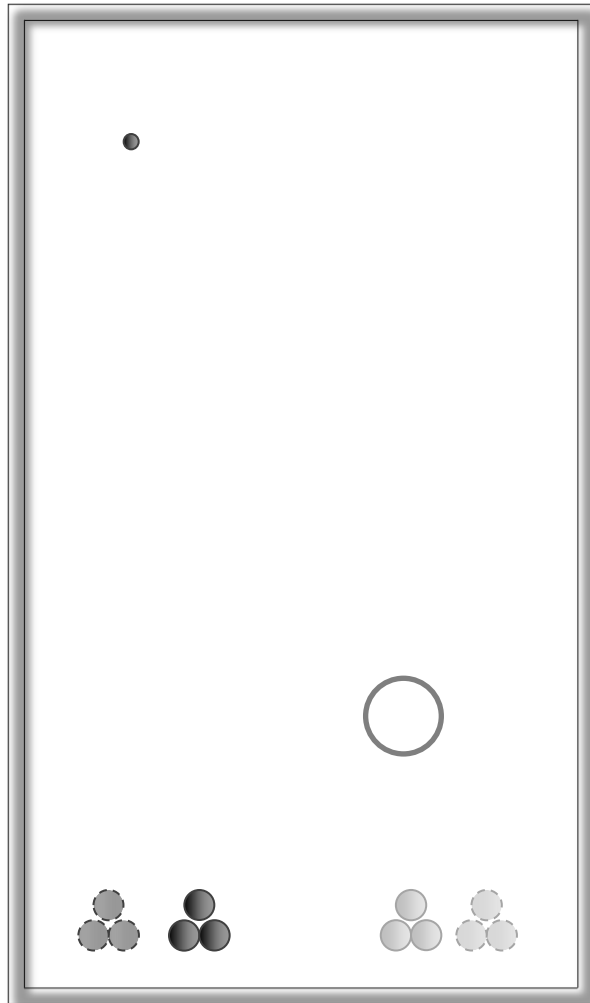


Petanqué-Training Gruppe

Permanent im Wechsel



Trainiert wird:

- Taktik, Schuss und Legen

Gefordert und angeregt wird:

- Umstellungsfähigkeit auf geänderte Aufgabenstellung
- Neue Trainingsimpulse werden gesetzt

Legeübung:

(als „normales“ Team-Spiel)

2 Teams spielen „normal“ gegeneinander (1:1, 2:2, 3:3).

Änderung des „normalen Spielablaufs“:

- Das beginnende Team, muss während der gesamten Aufnahme legen
- Der Gegner muss während der gesamten Aufnahme schießen (vorausgesetzt, es liegen noch zu schießende Kugeln im Spiel, sonst darf auch er legen)
- Bei der nächsten Aufnahme schießt das Team, das während der vorherigen Aufnahme legen musste – das andere Team legt ausschließlich

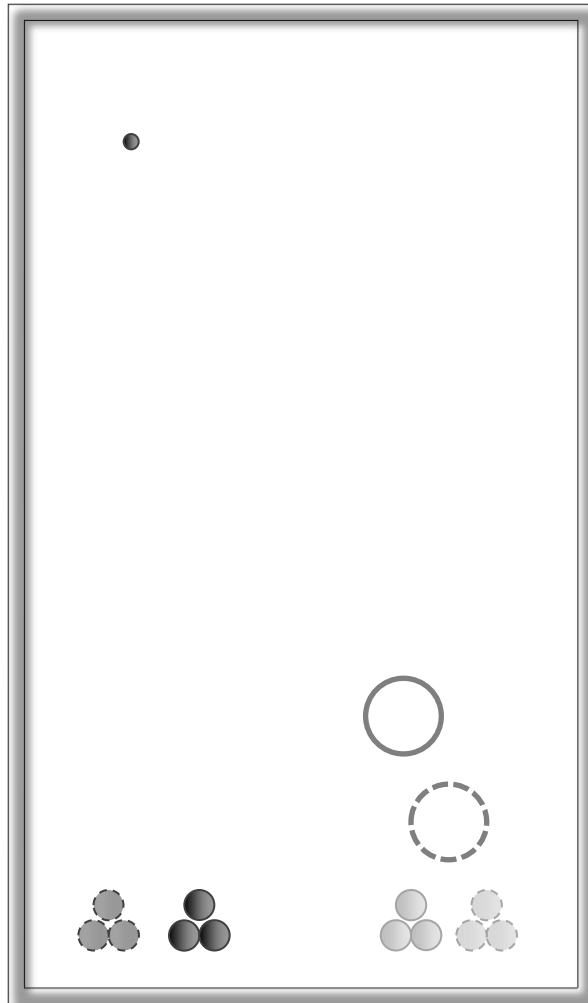
Die Umstellung besteht darin,

- dass kein Team kann über die (vermeintlich) einzigen „Taktik-Schwerpunkte“ (Legen/Schuss ≈ Schwarz/Weiß) zum Ziel kommen
- dass die Diskussion im Team über eine taktische Entscheidung beschränkt sich nur auf das „wer“ und nicht auf das „was“
- dass eine offensive Taktik nicht nur durch Schuss erreichbar ist

... mit Training konsequent zum Ziel!

Petanqué-Training Gruppe

Permanent im Wechsel



Trainiert wird:

- Taktik, Schuss und Legen

Gefordert und angeregt wird:

- Umstellungsfähigkeit auf geänderte Aufgabenstellung
- Neue Trainingsimpulse werden gesetzt

Legeübung:

(als „normales“ Team-Spiel)

2 Teams spielen „normal“ gegeneinander
(1:1, 2:2, 3:3).

Änderung des „normalen Spielablaufs“:

- Das beginnende Team, muss während der gesamten Aufnahme legen
- Der Gegner muss während der gesamten Aufnahme schießen (vorausgesetzt, es liegen noch zu schießende Kugeln im Spiel, sonst darf auch er legen)
- Bei der nächsten Aufnahme schießt das Team, das während der vorherigen Aufnahme legen musste – das andere Team legt ausschließlich

Zusätzliche Änderung/Erweiterung:

- Das „legende“ Team, muss immer aus einer längeren Distanz legen (Abwurfkreis 1m hinter dem Abwurfkreis des schießenden Teams)

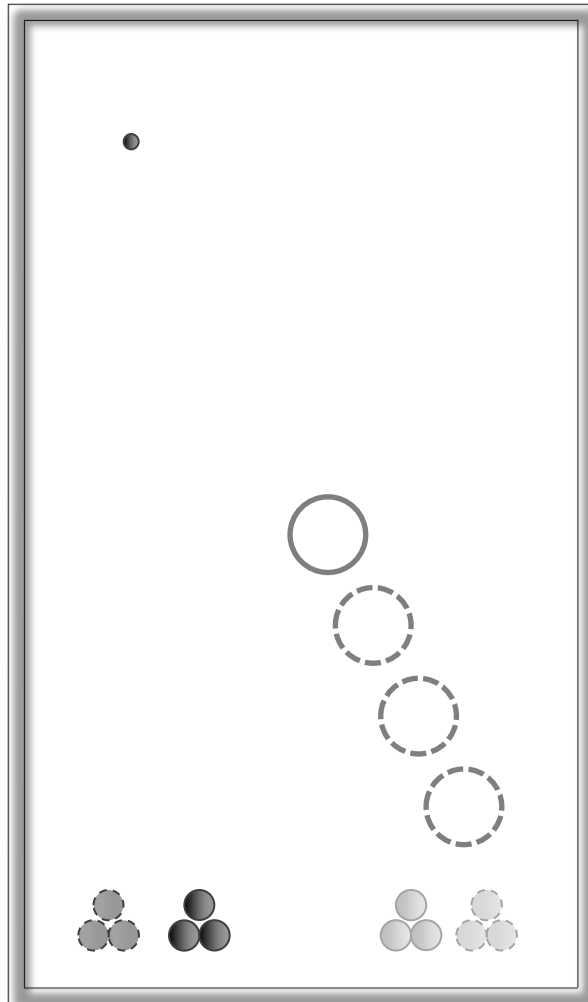
Die zusätzliche Erschwernis/Erleichterung besteht darin,

- dass eine Fehlerquote des eventuell „Schuss-schwächeres“ Teams ausgeglichen wird

... mit Training konsequent zum Ziel!

Petanqué-Training Gruppe

Permanent im Wechsel



Trainiert wird:

- Taktik, Schuss und Legen

Gefordert und angeregt wird:

- Umstellungsfähigkeit auf geänderte Aufgabenstellung
- Neue Trainingsimpulse werden gesetzt

Legeübung:

(als „normales“ Team-Spiel)

2 Teams spielen „normal“ gegeneinander
(1:1, 2:2, 3:3).

Änderung des „normalen Spielablaufs“:

- Das beginnende Team, muss während der gesamten Aufnahme legen
- Der Gegner muss während der gesamten Aufnahme schießen (vorausgesetzt, es liegen noch zu schießende Kugeln im Spiel, sonst darf auch er legen)
- Bei der nächsten Aufnahme schießt das Team, das während der vorherigen Aufnahme legen musste – das andere Team legt ausschließlich

Zusätzliche Änderung/Erweiterung:

- Nach jeder Aufnahme wird der Abwurfkreis nach hinten gewechselt. Zunächst von 6 m, dann von 7 m, Beim letzten AK angekommen wird wieder in umgekehrter Reihenfolge nach vorne gewechselt. (Auch hier kann das legende Team weiterhin die längere Distanz spielen)

Die zusätzliche Erschwernis/Erleichterung besteht darin,

- dass für kein Team die taktische Variante der „eigenen, optimalen“ Wurfedistanz gegeben ist

... mit Training konsequent zum Ziel!