

|  |    |
|--|----|
| Einführung                                       | 07 |
| Kapitel 1:                                       |    |
| Ballschule Grundphilosophie                      | 11 |
| Struktur und Abfolge der Ballschulstufen         | 12 |
| Ballschul-Leitlinien (Stufen 1 bis 3)            | 13 |
| Kapitel 2:                                       |    |
| Ballschule (Stufen 1 bis 3)                      |    |
| Ziele, Inhalte & Methoden                        | 19 |
| Ziele der Ballschulprogramme                     | 20 |
| Das ABC der Mini-Ballschule                      | 20 |
| Das ABC der sportspielübergreifenden Ballschule  | 22 |
| Das ABC der sportspielgerichteten Ballschulen    | 23 |
| <i>Rückschlagspiele: Einzel &amp; Mannschaft</i> | 24 |
| <i>Zielschussspiele: Torschuss &amp; Wurf</i>    | 25 |
| Inhalte & Methoden der Ballschulprogramme        | 28 |
| Zusammenfassung                                  | 30 |
| Kapitel 3:                                       |    |
| Ballschule Golf (Stufe 4)                        |    |
| Ziele, Inhalte & Methoden                        | 33 |
| Einführung: Ballschule & Golf?                   | 34 |
| Einordnung der Ballschule Golf                   | 37 |
| Ballschul-Leitlinien (Stufe 4)                   | 38 |
| Ziele: das ABC für Golfanfänger                  | 39 |

|  |    |
|--|----|
| A: Golfspezifisch gewichtete koordinative Basiskompetenzen | 44 |
| B: Sportspielgerichtete technische Basiskompetenzen        | 44 |
| C: Golfspezifische technische Basiskompetenzen             | 46 |
| Inhalte & Methoden   | 48 |
| Zusammenfassung  | 49 |

|  |    |
|--|----|
| Kapitel 4:                                     |    |
| Einführung in den Praxisteil                   | 51 |
| Aufbau und Register                            | 52 |
| Golfequipment und Spielmaterialien/Sportgeräte | 59 |
| Darstellungsform                               | 61 |

|  |    |
|--|----|
| Kapitel 5:   |    |
| Säule A: Golfspezifisch gewichtete koordinative Basiskompetenzen | 66 |

|   |     |
|---|-----|
| Kapitel 6:  |     |
| Säule B: Sportspielgerichtete technische Basiskompetenzen | 101 |

|  |     |
|--|-----|
| Kapitel 7:   |     |
| Säule C: Golfspezifische technische Basiskompetenzen | 137 |

|               |     |
|---------------|-----|
| Literatur     | 172 |
| Bildnachweise | 174 |