

Inhalt

VORWORT ZUR DRITTEN ÜBERARBEITETEN NEUAUFLAGE	11
KAPITEL 1 Entstehung des Pétanque-Spiels	13
KAPITEL 2 Das Handwerkszeug	15
Die Kugel	15
Die Zielkugel	21
Der Lappen	21
Die Messgeräte	22
Die Kugeltasche	23
Kleidung und Utensilien	24
KAPITEL 3 Der Spielablauf	27
KAPITEL 4 Erste Regeln	31
KAPITEL 5 Die Mannschaften	35
Die Triplette (3:3)	36
Die Doublette (2:2)	36
Das Tête-à-tête (1:1)	37
KAPITEL 6 Die Wurftechniken	39
Die Haltung	40
Das Kugelfassen	41
Der Wurf	41
Das Legen (pointer)	43
Das Schießen (tirer)	48
KAPITEL 7 Das Terrain	55
Das Relief	55
Auf Terrain libre	56
Im Boulodrome	60
In der Halle	63
KAPITEL 8 Die Taktik	65
KAPITEL 9 Das mentale Spiel	73
KAPITEL 10 Auf dem Platz	79

KAPITEL 11 Das Training	83
KAPITEL 12 Übungen	89
Legeübungen	90
Der gerade Lauf der Kugel	91
Der kurze Lauf der Kugel	93
Legespezialitäten wie Drücken, Sau ziehen und Bec	94
Schießübungen	95
Die Anordnung der Übungsaufgaben	97
Die Durchführung und Wertung der Schüsse	98
Ergebnisprotokoll	98
Taktik	100
KAPITEL 13 Die Ernährung	101
KAPITEL 14 Vereine und Verbände	103
KAPITEL 15 Die Wettbewerbe	107
Im Turnier	107
Das Ligaspiel	115
Meisterschaften und Pokale der Verbände	116
KAPITEL 16 Der Schiedsrichter	119
KAPITEL 17 Selbst ein Turnier veranstalten	123
Rundenturnier	124
Poule A-B k. o.	128
ANHANG	133
Nützliche Internet-Adressen	133
Deutsche Verbände	133
Internationale Verbände	133
Bezugsquellen für Bouleartikel	133
Bouleschulen	134
GLOSSAR	135