

Der Spielablauf

- Die Zielkugel und die (Stahl-)Kugeln werden aus einem Kreis (cercle) von 35 bis 50 cm Durchmesser geworfen.
- Der Werfer muss mit beiden Fußsohlen den Boden berühren bis seine Kugel aufschlägt. (Wichtig!)
- Die hölzerne Zielkugel von 30 mm Durchmesser wird zu Beginn einer Aufnahme auf eine Distanz zwischen 6 bis 10 m vom Rand des Abwurfkreises entfernt geworfen.
- Einen Punkt erhält jede Kugel die näher an der Zielkugel liegt als die beste gegnerische Kugel.
- Die Mannschaft, die keinen Punkt liegen hat, ist an der Reihe zu spielen.
- Das Spiel gewinnt, wer 13 Punkte erreicht.

Zwei Mannschaften aus Leipzig und Stuttgart wollen gegeneinander ein Spiel austragen. Ein Leipziger zieht eine Münze aus der Tasche, fragt die Stuttgarter: »Kopf oder Zahl?« und wirft dann die Münze. Die Leipziger gewinnen die Platzwahl, bestimmen somit das Spielgelände und eröffnen das Spiel. Ein Leipziger Spieler ritzt einen Kreis in den Boden und wirft daraus die hölzerne Zielkugel, das Schweinchen, auf eine Distanz zwischen 6 und 10 m.

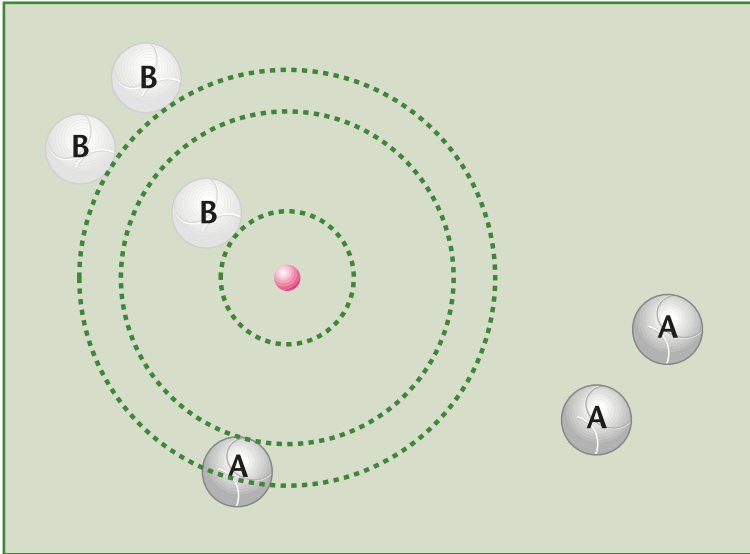
Ein beliebiger Leipziger Spieler wirft die erste stählerne Kugel in Richtung hölzerne Zielkugel. Die Stuttgarter antworten mit einer Kugel und müssen so lange weiter wer-



Konzentrierte Anspannung des Schießers

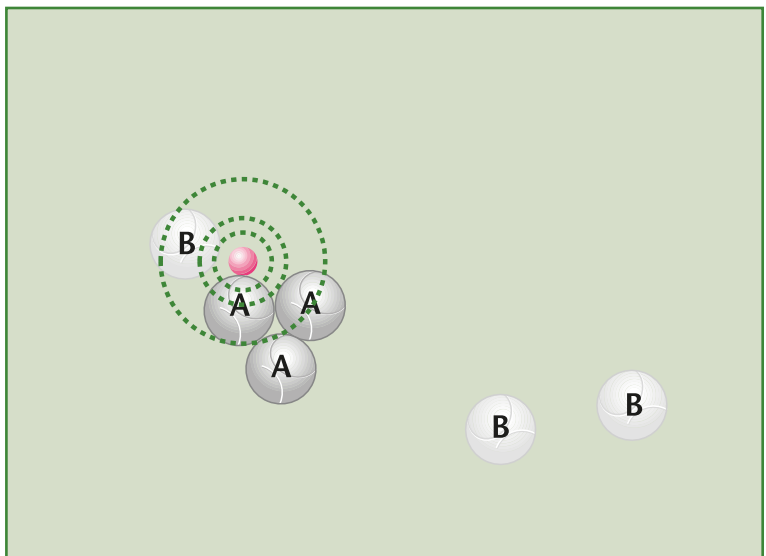
fen, bis eine Stuttgarter Kugel näher am Schweinchen liegt als die bestplatzierte Kugel der Leipziger Mannschaft. Dann sind die Leipziger wieder am Zug. Das geht hin und her, bis alle Kugeln geworfen sind, dann ist die Aufnahme beendet und die Punkte werden gezählt. Dazu wird festgestellt, welche Kugel am nächsten an der Zielkugel liegt

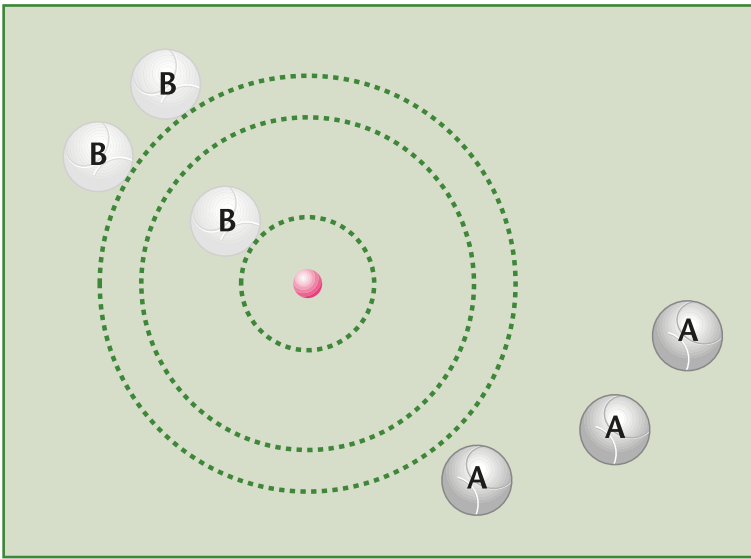
und zu welcher Mannschaft sie gehört. Dann wird geprüft, ob außer dieser nächsten Kugel noch weitere Kugeln besser als die beste gegnerische Kugel platziert sind; zusammen können das im Extremfall sechs Kugeln und damit sechs Punkte (»das Six-pack« genannt) sein.



1: Das Team B hat im linken Beispiel einen Punkt gemacht. Die beste Kugel gehört dem Team B. Erst an Platz drei und vier kommen weitere Kugeln aus dem Team. Dazwischen reiht sich eine Kugel vom Team A ein, die als zweitnächste an der Zielkugel liegt.

2: Das Team A macht in dieser Situation einen Punkt, da die nächste Kugel an der Zielkugel zu Team A gehört. An Platz zwei liegt eine Kugel vom Team B.





3: Das Team B macht in diesem Beispiel drei Punkte. Die beste, die zweitbeste und die drittbeste Kugel gehören dem Team B. Somit werden drei Punkte verbucht.

Wer die letzte Aufnahme gewonnen hat, der beginnt eine neue indem er um die Zielkugel einen Kreis zieht und das Schweinchen wirft. Die Aufnahmen wiederholen sich so lange, bis eine Mannschaft 13 Punkte erreicht hat und damit den Sieg einfährt.

Halten wir fest, dass ein Spiel aus mehreren Aufnahmen besteht. Eine Aufnahme (la mène) setzt sich aus Würfeln, das ist gleich der Anzahl der Kugeln beider Mannschaften, zusammen. Sind alle Kugeln geworfen, dann ist die Aufnahme beendet.

Die Anzahl der Aufnahmen in einem Spiel kann sehr stark variieren. Wenn pro Aufnahme nur ein Punkt gewonnen wird, dann können 13 bis 25 Aufnahmen notwendig sein um ein Spiel zu beenden. Das andere Extrem können im Falle einer »Fanny« (siehe unten) ganze drei Aufnahmen sein: Wenn eine Partei mit z. B. 4 plus 4 plus 5

Punkten das Spiel 13 zu null für sich entscheidet. Der Unterschied in der benötigten Spielzeit ist dann enorm.

»Einen Fanny bekommen« bedeutet bei Boule einfach nur, dass man eine 13:0-Niederlage hinnehmen musste, also eine kleine Schmach erlitten hat. Man erzählt, zwei Spieler hätten gewettet, dass derjenige, der eine 13:0-Niederlage erleidet, das Hinterteil der Fanny küssen müsse. Wobei die einen behaupten, dass Fanny eine südfranzösische Kuh, die anderen, dass sie eine südfranzösische Kellnerin gewesen sei. Da den meisten die Version mit der Kellnerin wohl am besten gefallen hat, ist man bei dieser Version geblieben. Heute hängt in fast jeder Boule-Bar eine Karikatur der Fanny als Bild oder Ikone – mit hoch gehobenen Rock, versteht sich – und der liebevollen Aufforderung »Baiser la Fanny!«*

* Zitiert aus der Augsburger Allgemeinen; Blog vom 20. Oktober 2011



Plastik der Fanny, die ein 0:13-Verlierer scherzhaft küssen soll (siehe Seite 29)

Erste Regeln

Als wichtigste Regel gilt im freien Spiel: Alles, was beide Spielparteien akzeptieren, ist gültig. Das bedeutet, wenn die gegnerische Partei geworfen hat und Sie im Anschluss werfen, dann haben Sie alles, was zuvor geschehen ist, mit Ihrem Wurf anerkannt. Wenn Sie mit etwas nicht einverstanden sind, dann müssen Sie das Problem vor Ihrem Wurf aus der Welt schaffen.

Bei Spielen mit Schiedsrichter hingegen ist das Reglement bindend. Das bedeutet, dass z. B. die Lage des Schweinchens nicht mit dem Fuß korrigiert werden darf, auch wenn beide Spielparteien dies wollen.

Verändern Sie nichts auf dem Spielfeld ohne das Einverständnis der gegnerischen Mannschaft.



Auch bei schwierigen Bedingungen gilt: Mit dem Wurf seiner eigenen Kugel hat man alles, was in dieser Aufnahme zuvor gespielt wurde, akzeptiert.

Es haben sich schon unschöne Szenen abgespielt, weil nach einer Aufnahme ein Spieler eine in den Augen des Gegners unklare Kugel aufgehoben hat. Beide Mannschaften besprechen nach der Aufnahme wer wie viele Punkte erhält und man fragt danach die gegnerische Mannschaft, ob man die eigenen Kugeln aufheben darf. Sollen fremde Kugeln während des Spiels berührt werden, z. B. um zu sehen, wem sie gehören, dann ist noch mehr Vorsicht geboten. Das Gleiche gilt, wenn Kugeln im Aus waren und ins Spielfeld zurückgeprallt sind (sogenannte tote Kugeln) und »entsorgt« werden sollen.

Wenn ein gegnerischer Spieler im Kreis steht, dann verstummt die eigene Mannschaft und verharret regungslos, bis der Wurf erfolgt ist. Es ist äußerst unhöflich und unfair, den Gegner in der Konzentrationsphase des Wurfs zu stören. Im Falle einer Störung ist seitens des gegnerischen Spielers mit harschen Reaktionen zu rechnen.

Seien Sie im Spiel höflich und zuvorkommend und verkneifen Sie sich alles, was der Gegner als »unsportliches Verhalten« auslegen kann. Dazu zählen neben andauerndem Hadern mit sich oder anderen auch theatralisch übertriebene Freude über Punkte oder einen Sieg. Niemand will Ihnen jedoch Ihre ganz natürliche Freude nehmen. Wir wollen mit netten Leuten in angenehmer Weise unsere wertvolle Freizeit verbringen.

Wenn Sie diese »weichen« Regeln beachten, dann können Sie sicher sein, dass Sie von den anderen Spielern akzeptiert werden.

Daneben gibt es einige »harte« Regeln, die man für den Anfang kennen sollte:

- Wie schon erwähnt berührt der Spieler im Kreis mit beiden Fußsohlen den Boden bis seine geworfene Kugel aufschlägt.

Auf vollen Bahnen ist es oft schwierig Regelabstände einzuhalten – Toleranz ist in diesen Fällen dann oberstes Gebot.





- Die Fußsohlen des Spielers sind vollständig im Kreis und ragen nicht darüber hinaus.
- Eine Kugel gilt als gespielt, wenn der Spielende aus dem Wurfkreis erkennbar eine Kugel in Richtung der Zielkugel bewegt.
- Verlässt eine Boulekugel vollständig das definierte Spielfeld, so ist diese ungültig. Liegt die Kugel nur teilweise im Aus, so ist sie gültig.
- Liegt eine ungültige Kugel im Spielfeld und die Parteien spielen weiter, dann ist diese Kugel wieder gültig (siehe 1. Absatz). Also: ungültige Kugeln gleich entsorgen, aber erst fragen!
- Wenn die Zielkugel beim Anwurf unter 6 m oder über 10 m geworfen wurde oder der Anwurf sonst ungültig ist wird die Zielkugel dem Gegner ausgehändigt, der sie auf jede gültige Position der zugewiesenen Bahn legen darf.
- Eine Zielkugel, die weniger als 3 m und weiter als 20 m vom Kreis entfernt ist, ist ungültig. (Ein Schweinchen kann während des Spiels von Kugeln über mehrere Meter »gezogen« werden.) Ebenso wenn die Zielkugel das definierte Spielfeld verlässt oder nicht mehr zu sehen ist.
- Wird die Zielkugel ungültig, dann ist die Aufnahme beendet und die noch nicht gespielten Kugeln werden gezählt. Besitzen beide Parteien noch Kugeln oder beide Parteien haben keine Kugeln mehr, so wird die Aufnahme nicht gewertet und wiederholt. Besitzt jedoch nur noch eine Mannschaft Kugeln, dann zählen diese als Punkte in einer gewonnenen Aufnahme.
- Für einen Wurf steht eine Minute Zeit zur Verfügung.

Das vollständige Reglement des Deutschen Pétanque-Verbandes finden Sie auf der Website www.petanque-dpv.de unter Downloads (»Die Pétanque-Regeln«) als PDF-Datei.

Die Mannschaften

Um es gleich klarzustellen: Wer gefragt werden will, ob er in einer Mannschaft (l'équipe) an einem Turnier teilnehmen möchte, der muss mindestens eine Grundausrüstung an Technik, Taktik und »Biss« mitbringen. Ohne das läuft nichts. Pétanque-Spieler beobachten sehr genau, wer aktuell in welcher Form ist. Daraus bildet sich längerfristig ein Ruf, der dem Spieler anhaftet und bestimmt, in welche Spielerkategorie er von den anderen eingeordnet wird. Nach dieser Vorbemerkung sprechen wir jetzt über Mannschaften.

Das Reglement des Deutschen Pétanque-Verbandes legt in Artikel 1 fest:

Die Mannschaften

Pétanque ist eine Sportart, in der zwei Mannschaften gegeneinander spielen:

- 3 Spieler gegen 3 Spieler (Triplette).

Es können sich ebenfalls gegenüberstehen:

- 2 Spieler gegen 2 Spieler (Doublette),
- 1 Spieler gegen 1 Spieler (Tête-à-tête).

Bei der Triplette hat jeder Spieler zwei Kugeln zur Verfügung, bei der Doublette und beim Tête-à-tête hat jeder Spieler drei Kugeln.

Jede hiervon abweichende Spielweise ist verboten.



Eine Triplette am Feldrand beobachtet den spielenden Gegner.

Mit diesen dürren Worten ist das Thema jedoch noch lange nicht erschöpft. Triplette und Doublette können bei Turnieren in verschiedenen Formen auftreten, wie

- Formée – Eine eingeschriebene Mannschaft bleibt während eines Turniers zusammen.
- Mêlée – Die Spieler werden einer Mannschaft zugelost und spielen so ein ganzes Turnier.
- Super-Mêlée – Zu jedem neuen Spiel werden die Spieler den Mannschaften neu zugelost.

Die Triplette (3:3)

Die Triplette besteht aus 3 Spielern, denen für die Dauer des Spieles bestimmte Spiel-funktionen zugewiesen werden:

- Der Leger (Pointeur), der das Spiel eröffnet und den wichtigen ersten Punkt legt.
- Der Schiesser (Tireur) verteidigt Punkte indem er störende gegnerische Kugeln wegschießt.
- Der Mittelspieler (Milieu), der meist der Erfahrenste und deshalb der Chef ist, legt oder schießt und ist quasi die Feuerwehr der Mannschaft.

Diese Zuordnung ist natürlich nicht bindend und es kann gute Gründe geben, sie während des Spieles neu aufzuteilen. Dies gilt auch weiter unten für die Doublette. In Tripletten sieht man auch z. B. 2 Tireurs und 1 Pointeur spielen.

In Artikel 1 des Reglements wird die Triplette bewusst gegenüber den anderen Spielformen herausgehoben, denn sie ist die klassische Mannschaftsform und das königliche Spiel im Pétanque. Fast alle wirklich »großen« Spiele werden in Triplette-Form

ausgetragen, ob es die Welt-, die Europameisterschaften sind oder die »Mondial la Marseillaise à pétanque«, das größte Pétanque-Turnier der Welt mit 4544 Mannschaften bei der 2018-er Ausgabe, das sind 13 632 Spieler(!).

Die Triplette stellt hohe Ansprüche an die Spieler. Es müssen sich drei in etwa gleichwertige Spieler finden, die als Persönlichkeiten »miteinander können«. Das ist, wenn man die Funktionen im Spiel berücksichtigen muss, bei der ausgeprägten Individualität der Pétanquespieler nicht einfach. Eine Triplette bleibt nicht selten jahrelang zusammen, wenn sie sich erfolgreich gefunden hat. Triplette-Turniere werden meist im Modus Triplette Formée gespielt, weil die Spieler dies bevorzugen.

Weiter hat ein Triplettespieler nur zwei Kugeln zur Verfügung. Auf schwierigem Terrain kann der so wichtige erste Wurf des Legers schlecht ausfallen (er hat »verlegt«), dann hat er nur noch eine Kugel, um zu korrigieren. Die erste Kugel hat sozusagen als Pfandfinder fungiert. In der Triplette wird deshalb oft konzentrierter gespielt, als bei Spielformen mit drei Kugeln.

Die Doublette (2:2)

Die meisten Turniere in Deutschland werden im Modus Doublette Formée veranstaltet. Ich habe in meinen 30 Boulejahren nicht ein Turnier Mêlée gespielt, aber viele Super-Mêlées. Die Beliebtheit der Doublette Formée ist leicht zu erklären. Mit einem bekannten Partner weiß man, was man hat. Wenn man beispielsweise von Stuttgart nach München zu einem Turnier fährt – und nachts wieder zurück –, dann will keiner 400 km fahren, um mit einem vielleicht zu schwachen Partner das Turnier in den Sand zu setzen. Ein Pétanque-Spieler will gewinnen! Auch ist spontan vor dem Wochenende ein passender Partner für eine Doublette Formée leichter zu finden,

als noch zwei Mitspieler für eine Triplette zu aktivieren. Und natürlich kann sich ein Spieler mit drei Kugeln besser auf ein Spiel einstellen (oder er glaubt es zumindest), als mit zwei Kugeln pro Aufnahme.

Die Doublette Super-Mêlée wird im Wechsel mit Formée häufig bei kleineren Wochenendturnieren der Vereine gespielt. Sie eröffnet über die Auslosung für schwächere Spieler die Möglichkeit einen Partner zu bekommen, mit dem man auch einmal einen vorderen Platz ergattern kann. Für Spieler, die in der Region fremd sind, ist ein ausgeschriebenes Super-Mêlée die ideale Möglichkeit, sich bekannt zu machen und andere Spieler kennen zu lernen.



Konzentrierte Wurfvorbereitung: Die Gegner warten mit zwei Metern Regelabstand, und der Spieler befeuchtet mit seinem Atem die Hand vor dem Mund für guten Grip.

In einer Doublette sind die Spielfunktionen normalerweise aufgeteilt in Schiesser und Leger. Die Funktionen werden während eines Spieles oder Turniertages beibehalten, weil z. B. bei einem »eingeschossenen« Türeuer ein häufiger Wechsel der Wurfart die Automatisierung und damit die Trefferwahrscheinlich-

keit verringern kann. Ein genereller Wechsel der Spielfunktion (»drehen«) steht an, wenn ein Spielpartner eine schlechte Phase hat. Man versucht dann ein Spiel noch herum zu reißen, wenn der Gegner beim Stand von ca. sieben Punkten deutlich führt. Später wird es sehr schwer, den »Lauf« des Gegners zu brechen.

Das Tête-à-tête (1:1)

Das Tête-à-tête ist für mich das Spiel der Wahrheit. Da ist kein Partner hinter dem man sich verstecken kann, wenn man eine schwache Spielphase hat, und der das Spiel wieder auffängt. Man ist einsam und gnadenlos dem eigenen Unvermögen ausgeliefert. Einem spezialisierten Leger, der nicht oder nur schlecht schießen kann, werden seine Grenzen drastisch aufgezeigt. Dies gilt umgekehrt auch für Schiesser, die ungenügend legen. Das Spielergebnis ist einem selbst und sonst

niemandem zuzuschreiben und es gilt nicht die Ausrede: »Der Schiesser hat nur 20 Prozent getroffen.« Bei keiner Formation wirkt sich die Tagesform gravierender aus. Andererseits ist ein Sieg natürlich auch nur seinen eigenen individuellen Fähigkeiten zuzuschreiben.

Das Tête-à-tête hat in den letzten Jahren etwas an Boden verloren, weil die Vereine und Verbände den Mannschaftsaspekt stärker betont haben. Das Tête-à-tête ist insofern kein Mannschaftsspiel.



Gute Haltung und exakte Technik sind Erfolgsgaranten. Die Hüfte ist seitlich eingeknickt, damit der gestreckte Wurfarm senkrecht nahe am Körper vorbeiswingen kann.

Die Wurftechniken

Den idealen Wurf gibt es nicht. Es gibt aber Jahrzehnte lang erprobte Haltungen und Bewegungsabläufe, die bei erfolgreichen Spielern überwiegend zu sehen sind. Natürlich gibt es sehr gute Spieler, deren Wurftechnik individuell abweichend von gängigen Techniken ist. Nur sind Sie schlecht beraten, wenn Sie sich anfangs diesen Star als Blaupause nehmen. Sie können sich mit so etwas auf Jahre hinaus Ihr Spiel verderben. Der Anfang ist das biedere Erlernen der

gängigen Methoden. Ihre individuelle Ausprägung stellt sich ganz von selbst ein. Dann sind Sie mit der Zeit ein ganz normaler, gut ausgebildeter Spieler mit einem ausreichenden Repertoire an Wurftechniken, der richtig Spaß hat. Und wenn sich dann herausstellt, dass Sie ein Ausnahmetalent sind, dann nimmt sich vielleicht ein Star Ihrer an ...

Nachfolgend werden die gängige Haltung, das bewusste Fassen der Kugel



Geht meine Rechnung auf?

und der normale Wurf vorgestellt. Wobei sich dies bei Legen und Schießen nicht grundsätzlich unterscheidet. Auch wenn

der Leger aus der Hocke spielt, so sind das Kugelfassen und der Wurf prinzipiell gleich.

Die Haltung

Der Spieler stellt sich locker in den Kreis, die Füße leicht v-förmig eine Hand breit auseinander. Viele Spieler stellen den Fuß beim Wurfarm eine halbe Sohlenlänge vor (das vergrößert die Standfläche und damit den stabilen Stand), andere stehen parallel. Er steht fast aufrecht, leicht den Ober-

körper nach vorne geneigt, in ganz normalem Stand. Er könnte so problemlos einige Minuten verharren. Der Spieler fixiert jetzt kurz sein Ziel. Beim Legen ist das der Aufschlagpunkt (la donnée) seiner Kugel, beim Schießen visiert er die gegnerische Kugel an.



Konzentration auf den Stand vor dem Wurf

Das Kugelfassen

Der Spieler hebt den Unterarm des Wurfarmes in die Waagerechte. Die flache Hand, auf der die Kugel liegt, umschließt dann die Kugel mit sanftem Druck, wobei die Finger geschlossen (wichtig!) sind. Der Daumen liegt kraftlos seitlich in Verlängerung des Unterarms an der Kugel und berührt leicht die Kuppe des Zeigefingers (wenn das nicht geht, dann haben Sie nicht die richtige Kugelgröße). Jetzt visiert der Spieler sein Ziel einige Sekunden an und schätzt die benötigte Stärke des Wurfs. In diesen Sekunden korrespondieren Gehirn und Körper und stellen sich auf den Wurf ein. Ein gutes Gefühl als Rück-

meldung von Körper und Gehirn gibt das Signal: Jetzt werfen! Wenn dieses Gefühl ausbleibt oder schlecht ist, dann den Wurf abbrechen und neu in den Abwurfkreis gehen. Sie haben laut Reglement eine Minute Zeit für den Wurf.

Die Finger sollen beim Abwurf geschlossen sein, weil einerseits dadurch der Rückdrall der Kugel bewirkt wird, andererseits bei gespreizten Fingern unkalkulierbar ist, welcher Finger zuletzt den Drall der Kugel steuert. So könnte die Kugel nach dem Aufprall aufgrund des Dralles plötzlich die Richtung ändern, das nennt man Effet, aber den unerwünschten.

Der Wurf

Der Spieler dreht den Handrücken nach oben und nimmt sein Ziel ins Visier. Die Kugel hängt jetzt unter der Handfläche. Die Kugel ist so mit sanftem Druck bequem zu halten. Dabei soll die Oberkante der Knöchel waagrecht sein, dann ist der Daumen leicht gesenkt (Effet vermeiden). Der Arm wird gestreckt und schwingt langsam weit nach hinten. Das baut das Potenzial für den Wurf auf. Am Umkehrpunkt klappt die Hand im Gelenk so weit als möglich nach innen zum Unterarm. Der gestreckte Arm schwingt körpernah nach vorn, wobei viele im Schwung bis zur Hüfte noch etwas Kraft einsetzen. Die zweite Hälfte des Schwungs soll kraftlos sein und dem Schwung nur noch die gewünschte Richtung geben. Etwa in Schulterhöhe endet der Schwung. Das Handgelenk klappt nach oben, die Finger strecken sich und geben die Kugel frei. Der Arm ohne Kugel schwingt aus mit der Handfläche zum Ziel gewandt. Nachdem die Kugel gelandet ist tritt der Spieler aus dem Abwurfkreis.

Das Handgelenk wird ein- und ausgeklappt um beim Wurf den Rückdrall der Ku-

gel zu verstärken, der die Kugel kurz laufen lässt und beim Schuss das Liegenbleiben der eigenen Kugel (Carreau) oder sogar einen Rücklauf (Retro) verursachen kann. Wenn beim Legen die Vorwärtsbewegung abklingt, dann kommt der Rückdrall richtig zur Geltung. Die Kugel bremst also in der letzten Phase des Rollens.

Ein technisch korrekter Wurf beinhaltet einige biomechanische Herausforderungen. Eine ist durch die Anatomie des Schultergelenks, das ein Kugelgelenk ist, bestimmt. Wenn der Wurf nicht körpernah geführt wird, dann beschreibt der Arm einen leichten seitlichen Bogen. Der Wurf ist auf diese Weise kaum zu kontrollieren. Führt die Armbewegung genau senkrecht am Körper vorbei, dann bleibt man oft an der Kleidung oder an Gegenständen in der Hosentasche hängen, was ebenfalls die Treffgenauigkeit beeinträchtigt. Die Lösung für viele Spieler ist ein leichtes seitliches Einknicken der Hüfte. Dadurch kann der Arm unter der Schulter frei senkrecht schwingen.



Französischer Elitespieler aus dem Stand

Probleme kann auch das Gleichgewicht bereiten. Ihr Körperschwerpunkt ist in Höhe des Bauchnabels. Das Lot des Schwerpunktes zum Boden muss sich innerhalb der Fläche befinden, die Ihre Füße umfasst. Wenn diese Senkrechte die Standfläche verlässt, dann müssen Sie reagieren oder Sie stürzen. Ihr Körper weiß das. Deshalb leitet er eine Ausgleichsbewegung ein um einen Sturz abzuwenden. Ohne Ausgleichsbewegung fallen Sie um. Die Arbeit des Ausgleichs leisten hauptsächlich die Beine. Viele Spieler gehen vor dem Abwurf leicht in die Knie, um Ausgleichsbewegungen zu ermöglichen. Bei durchgestreckten Beinen ist der Unterkörper fixiert. Ausgleichsbewegungen können dann nur über den Oberkörper oder das Anheben der Fersen stattfinden, was zu einem unsicheren Stand führt.

Schalten Sie einmal die Beinarbeit aus indem Sie sitzend von einem Barhocker aus werfen. Aber fallen Sie nicht vom Hocker! Oder versuchen Sie in einer fahrenden Straßenbahn mit steifen Knien zu stehen. Das zeigt Ihnen drastisch die Ausgleichsfunktion des Unterkörpers. Auch sollte man darauf schauen, dass sich möglichst nur der Arm bewegt, damit die Ausgleichsbewegung klein gehalten wird. Das kann man auf dem Barhocker üben.

Pétanque ist ein Präzisionssport und verlangt die exakte Wiederholung von Bewegungsabläufen. Das heißt Automatisierung und bedeutet für den Anfänger: bewusster spielen als der erfahrene Spieler (Fahrschüler machen sich den Gebrauch von Gas, Bremse und Kupplung noch bewusst). Ein Wurf ist umso präziser, je ruhiger er ausgeführt wird. Ein Spieler hat mir folgende Affirmation zum Wurf gegeben: »Ich bin ein Fass, mein Arm ist ein Pendel.« Diese Affirmation bildet treffend die Vorstellung ab, eine menschliche Präzisionsmaschine zu sein. Je besser es gelingt, den Körperschwerpunkt beim Wurf zu stabilisieren (Fass), desto besser stehen die Chancen, dass der Wurf (Pendel) gelingt.

■ Das Legen (pointer)

Der Leger (Pointeur) ist der Angreifer. Er legt den Punkt, den der Gegner abwehren will. Entscheidend für den Spielerfolg ist die Qualität des Legers. Er »macht« das Spiel. Der Leger baut den Druck auf die gegnerische Mannschaft auf, ohne den die Aufnahme misslingt. Deshalb ist der erste Wurf des Legers so wichtig. Eine Kugel, die Druck erzeugt, liegt innerhalb eines Radius von 35 cm um die Zielkugel, idealerweise vor dem Schweinchen und nicht dahinter. Liegt die Kugel in Kontakt mit der Zielkugel, dann ist das ein Biberon (Schnuller).

Ein guter Leger muss den Boden »lesen« können (siehe Seite 55, Das Relief) und daraus eine Wurfart und einen Weg für seine Kugel ableiten. Er schaut (aus der Hocke) nach einem geeigneten Aufschlagpunkt (Donnée) für seine Kugel, geht aus dem Kreis und betrachtet den Donnée aus der Nähe, ob z. B. dort ein Stein liegt oder ein »Eierbecher« (der Abdruck eines Kugel-

aufpralls) ist, der ihm den Wurf verderben könnte. Der Spieler darf laut Reglement ein beliebiges Loch auf dem Platz glätten, das heißt im Klartext er präpariert seinen Donnée. Anschließend schreitet er ein- bis zweimal den gesamten Weg ab, den seine Kugel zurücklegen soll und prüft dabei den Boden. Das macht er oft mit der Mannschaft gemeinsam – das glättet den Boden zusätzlich. Dann geht er in den Kreis zurück und leitet seinen Wurf ein.

Der Pointeur schaut während seines Wurfes unverwandt den gewünschten Aufschlagpunkt der Kugel an. Er hat sich diese Stelle auf dem Boden ausgewählt, weil er annimmt, dass von dort aus die Kugel ihren Weg in die Nähe der Zielkugel nimmt. Er plant den Lauf seiner Kugel. Ist sein Plan richtig, dann ist es viel wichtiger, den gedachten Donnée exakt zu treffen, als die Zielkugel anzuvisieren.

Von einem Leger wird die Fähigkeit erwartet, mit der Kugel eine Fläche von etwa



Die Handhaltung bei Wurfbeginn: geschlossene Finger, der Daumen verlängert den Unterarm.