

# Inhalt

|                                             |           |
|---------------------------------------------|-----------|
| <b>Vorwort zur 2. Neuauflage</b> .....      | <b>11</b> |
| <b>Entstehung des Pétanque-Spiels</b> ..... | <b>13</b> |
| <b>Das Handwerkszeug</b> .....              | <b>15</b> |
| Die Kugel .....                             | 15        |
| Die Zielkugel .....                         | 21        |
| Der Lappen .....                            | 21        |
| Die Messgeräte .....                        | 22        |
| Die Kugeltasche .....                       | 23        |
| Kleidung und Utensilien .....               | 24        |
| <b>Der Spielablauf</b> .....                | <b>27</b> |
| <b>Erste Regeln</b> .....                   | <b>31</b> |
| <b>Die Mannschaften</b> .....               | <b>35</b> |
| Die Triplette (3:3) .....                   | 36        |
| Die Doublette (2:2) .....                   | 36        |
| Das Tête-à-tête (1:1) .....                 | 37        |
| <b>Die Wurftechniken</b> .....              | <b>39</b> |
| Die Haltung .....                           | 40        |
| Das Kugelfassen .....                       | 41        |
| Der Wurf .....                              | 41        |
| Das Legen (pointer) .....                   | 43        |
| Das Schießen (tirer) .....                  | 48        |
| <b>Das Terrain</b> .....                    | <b>55</b> |
| Das Relief .....                            | 55        |
| Auf Terrain libre .....                     | 56        |
| Im Boulodrome .....                         | 60        |
| In der Halle .....                          | 63        |
| <b>Die Taktik</b> .....                     | <b>65</b> |
| <b>Das mentale Spiel</b> .....              | <b>73</b> |
| <b>Auf dem Platz</b> .....                  | <b>79</b> |

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