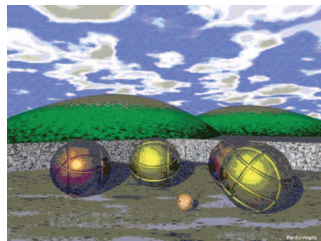


Aangeboden door:

EMDEBE Industrie bvba

www.emdebe.be



ALGEMENE GEGEVENS & BASIS-PRINCIPES

VOORWOORD

Algemeen

Dit boekje is bedoeld als een soort naslagwerkje voor beginners (eventueel ook als ruggesteuntje voor andere spelers) en bevat ook enkele andere wetenswaardigheden over de pétanque-wereld in het algemeen.

Pétanque is volgens sommigen een sport en volgens anderen een spel.

Feit is dat pétanque meer is dan alleen maar een balletje werpen, er komt heel wat techniek/taktiek en vaardigheden bij kijken.

Daarom worden hier zowel de verschillende technieken/taktieken besproken en een aantal standaardsituaties voorgelegd.

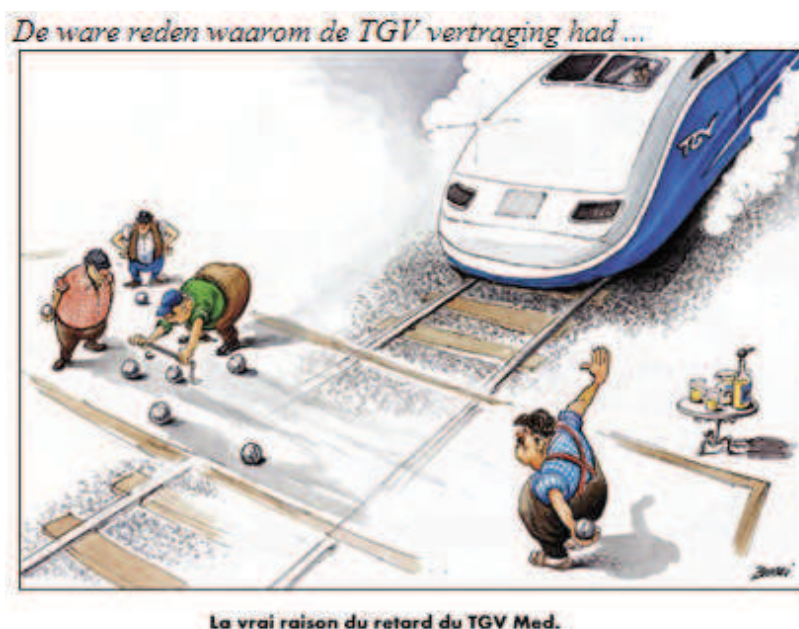
Uiteraard zijn er altijd meerdere opinies (taktisch/technisch) en worden hier de meest gangbare voorgesteld.

Er worden verschillende vormen van pétanque spelen vermeld en ook verschillende soorten van competities/tornooien/wedstrijden.

Terzelfdertijd wordt hier ook de indeling van de verschillende spelersgroepen (leeftijd enz...) opgenoemd.

Om het geheel niet te saai te maken zijn vele pagina's voorzien van leuke cartoons.

*M.D.BOLLE
juli 2013*



Eventuele opmerkingen/aanmerkingen kunnen altijd worden doorgestuurd naar: isabel.marc@skynet.be.

INHOUD

Hoofdstuk 1: Basisgegevens	pag
1.1 Het spel	1
1.2 De attributen	2
1.3 De deelnemers	3
1.4 De clubs	4
1.5 De wedstrijden	5
Hoofdstuk 2: Spelers	
2.1 Categorieën	6
2.2 Soorten/Reeksen	7
Hoofdstuk 3: Technieken	
3.1 Algemeen	8
3.2 Pointeren Theorie	9
3.3 Pointeren Oefeningen	12
3.4 Pointeren Praktijk	14
3.5 Schieten Theorie	17
3.6 Schieten Oefeningen	19
Hoofdstuk 4: Taktieken	
4.1 Algemeen	21
4.2 Standaardsituaties Pointeren	23
4.3 Standaardsituaties Schieten	26
Hoofdstuk 5: Wedstrijden	
5.1 Wedstrijdvormen	30
5.2 Spelen	31
5.3 Resultaten	33
Hoofdstuk 6: Tornadoen	
6.1 Tornadovormen	34
6.2 Federaties	35
Hoofdstuk 7: Competities	
7.1 Competitievormen	36
7.2 Recreanten	37
7.3 Federaties	38
Hoofdstuk 8: Voorbeeld van een Tornado	
8.1 Affiche	40
8.2 Ploegen/Spelers	41
8.3 Wedstrijdronden	42
8.4 Eindrangschikking	43
Hoofdstuk 9: Petanque Federaties	
9.1 De Belgische Federaties	44
9.2 Uittreksels reglement	45
Bijvoegsels	
Pétanqueclub PATIJNTJE Gent	47
Memoires van een Boule	48
Cartoons	50

1.1 BASISGEGEVENS: Het spel

Algemeen

Pétanque is een spel dat is overgekomen van het warme Zuiden waardoor het zoveel mogelijk in de buitenlucht wordt gespeeld.

Gezien ons klimaat toch ietwat minder aangenaam is wordt dit spel bij ons dus meestal enkel in de zomermaanden buiten gespeeld en buiten deze periode veelal binnen.

In principe wordt het spel gespeeld door jong en oud zowel door mannen als door vrouwen ongeacht de leeftijd.

Het beoefenen van het spel is relatief goedkoop, met uitzondering van degenen die graag in de kantine blijven hangen, gezien men per speler enkel 3 metalen ballen en 1 gemeenschappelijke cochonet (klein balletje als doel) nodig heeft voor het spelen van een wedstrijd.

Daarnaast is als infrastructuur wel een plein nodig wat hier verder terrein wordt genaamd.

Als terrein kan praktisch elke ondergrond volstaan zolang de breedte en de lengte voldoende zijn.

Meer details betreffende de ballen en het terrein worden verderop in "Attributen" besproken.

De zin van het spel

Het doel van elke speler is zijn eigen ballen dichterbij de cochonet te krijgen dan de ballen van de tegenstrever.

Alle middelen, door het werpen van een eigen bal, zoals duwen van eigen ballen of van de ballen van de tegenstrever zijn toegelaten.

Ook het achteraf verplaatsen van de cochonet, bvb door het verplaatsen met een eigen bal of een bal van de tegenstrever, hoort daar bij.



Goe were in het zuiden.

1.2 BASISGEGEVENS: De attributen

Spelterrein:

In principe is elk terrein geschikt zolang men de ballen en het mikballetje (cochonet) ziet liggen.

Als lengte dient men rekening te houden met::

- de minimum afstand voor het plaatsen van de cochonet is 6 m
- de maximum afstand voor het plaatsen van de cochonet is 10 m
- de cochonet moet minstens 50 cm vóór het einde van het terrein liggen
- aan begin en einde van het terrein dient 30 cm vrije ruimte te bestaan

De breedte van het terrein dient minimaal 3 m te zijn.

Samengevat dient een terrein dus minimum 12,00 m lang en minstens 3,00 m breed te zijn.

Afbakening van een terrein gebeurt veelal door het plaatsen van een koord.

De ballen:

Men speelt met metalen ballen:

- hard, zacht en halfzacht metaal (zie daarvoor de leverancier)
- diameter tussen 70,5 en 80,0 mm
- gewicht tussen 650 en 800 gram

De cochonet:

- hout of kunststof
- diameter tussen 25 en 35 mm

Startring:

Een ring waar de speler zich met beide voeten dient in te bevinden bij het werpen van een bal of cochonet.

- kunststof
- binnendiameter 50 cm

Meter:

Meestal een rolmeter van 3 m, metrisch stelsel met gradaties van 1 mm, om bij twijfel de kortste afstand tussen een bal en de cochonet te meten (meten bovenop het midden van de cochonet is fout).

Eventuele scheidsrechters beschikken over een uitschuifbare plooiometer om de meting heel secuur te kunnen uitvoeren.

Scorebord:

Een bord waar men duidelijk de stand van het spel kan op volgen met een gedeelte voor de thuisploeg en een gedeelte voor de bezoekers.

De mogelijkheid moet bestaan om duidelijk punt per punt te kunnen aanduiden (vroeger ging het spel tot 15 punten, nu tot 13).



Brood en spelen

1.3 BASISGEGEVENS: De deelnemers

Algemeen:

Wedstrijden kunnen worden ingericht voor:

- of enkel heren
- of enkel dames
- of gemengd

Wedstrijden kunnen ook worden ingericht voor bepaalde leeftijdsgroepen (jeugd, veteranen...). Elke wedstrijdvorm kan worden gespeeld door individuele spelers of samengestelde ploegen.

Tripletten (ploegen):

Tripletten is wel de standaard voor de meeste wedstrijden.

- hier spelen 2 teams van elk 3 spelers tegen elkaar
- elke ploeg is samengesteld uit 3x heren of 3x dames of gemengd
- elke speler gebruikt 2 ballen

Doubletten (ploegen):

- hier spelen 2 teams van elk 2 spelers tegen elkaar
- elke ploeg is samengesteld uit 2x heren of 2x dames of gemengd
- elke speler gebruikt 3 ballen

Enkel:

- hier speelt men dus als persoon tegen persoon
- elke speler gebruikt 3 ballen



Soms wordt ook wel eens bij speciale gelegenheden een formule toegepast waarbij verplicht dient te worden gespeeld met bvb:

- 2 heren + 1 dame
- of 2 dames + 1 heer

Opmerkingen:

Indien wordt gespeeld in ploegen, zowel doubletten als tripletten, is het belangrijk dat de spelers onderling vertrouwen hebben in elkaar.

Als het niet echt klikt tussen de verschillende spelers kan er gemakkelijk wrevel ontstaan met negatief effect op het spel.

Bij ploegen is er meestal een vaste Pointeur, (+ bij tripletten een 2eMan) en een vaste Schutter waarbij het de gewoonte is dat de Schutter optreedt als kapitein van de ploeg



Als je mee speelt moet ik eerst jouw ballen inspecteren.

1.4 BASISGEGEVENS: De clubs

Zoals in andere sporttakken zijn er vele clubs verspreid over het ganse land.

Deze clubs kunnen gaan vanaf vriendenclubs/cafeclubs/buurtclubs tot de echte professionele clubs.

In elke club is dezelfde gemeenschappelijke constante terug te vinden, alle clubs blijven enkel bestaan door de grote inzet van vrijwilligers die daar veel tijd/energie/kosten in steken.

De meeste clubs zijn actief in competities waarbij de "officiële" clubs lid zijn van de Federale Pétanque Bond.

De structuur van de meeste clubs is vergelijkbaar en ziet er meestal uit als volgt:

- clublokaal met de onvermijdelijke kantine
- binnen- en/of buitenterreinen
- een bestuur bestaande uit o.a. een voorzitter, secretaris, schatbewaarder, sportleider...

Zoals in de andere sporttakken worden ook hier altijd sponsors gezocht om de club leefbaar te houden.

Enkele clubs in de regio Gent:

- GENT Gent
- HAESEVELD Heusden
- HEIRNIS Gent
- MISTRAL Heusden
- PATIJNTJE Gent
- SCHORPIOEN Wondelgem
- VERBROEDERING Melle

Meer info is terug te vinden in het hoofdstuk "Pétanque Federaties".

Gezocht : clublid met onderstaand profiel ...!

Gelieve uw gegevens verder in te vullen en te bezorgen aan het bestuur.

Club van vrolijke vakantie boulers

Carte de membre

Naam:

Voor naam:

Woonplaats:

Bijzonderheden: Iemand zijn hersens ingegooid
Twee gesneuvelde kantine ruiten.

Specialiteit: Punten weggeven

Eigenschappen:

Maakt per ongeluk punten, maar verliest meestal
Geen Pastis geven in verband met ongelukken.
Weet niet hoe te plaatsen en schiet hopeloos
Ziet de boules van zijn teamgenoten aan als die van de tegenstander
Heeft een ijzeren moraal



Le président
Turdantat

1.5 BASISGEGEVENS: De wedstrijden

Soorten wedstrijden

Vriendschappelijke wedstrijden:

- in vriendenkring of familiale omgeving
- tijdens vakanties bvb aan zee
- toevallig tijdens ontmoeting met andere liefhebbers
- tornooien op 1 dag afgewerkt
- competities tussen bevriende recreanten-clubs (meestal zomerperiode)

Clubs intern: (zowel erkende clubs als in de recreante clubs)

- competities tussen verschillende clubs lopende per seizoen
- kampioenschappen individueel (heren/dames)
- tornooien op 1 dag afgewerkt
- open trainingen waar spelers van andere clubs ook terecht kunnen

Federaties: (licentie als competitiespeler nodig)

- wintercompetities tussen erkende clubs lopende per seizoen (september - maart)
- zomercompetities met vrije ploegensamenstelling lopende per seizoen (april - augustus)
- kampioenschappen zoals bvb provinciale beker
- tornooien op 1 dag afgewerkt in vele erkende clubs



Sportieve vakanties in topvorm. Dikke kussen.

2.1 SPELERS: Categorie

Categorieën

Men kan stellen dat er verschillende manieren van pétanque spelen zijn die hier verder grofweg onderverdeeld zijn in 3 categorieën.

Categorie 1: Recreanten (Amateurs)

- spelen sporadisch en eerder voor amusement
- spelen meestal op verharde en tamelijk vlakke terreinen (rolbanen)
- proberen altijd zo dicht mogelijk bij de cochonet te liggen
- men speelt meestal defensief waarbij men de leuze hanteert "wie 't kleine niet begeert..."

Een wedstrijd wordt hier praktisch altijd gewonnen door de pointeurs.

In deze categorie wordt nogal eens beweerd "nooit 3 ballen na elkaar werpen".

Dit is een foutieve instelling gezien men na elke worp nog min of meer het gevoel bezit van de voorafgaande handeling waardoor gemakkelijker een correctie kan gebeuren.

Categorie 2: Competitie spelers (Gefedereerde)

Met "gefedereerde" bedoelt men spelers die lid zijn van de Sportbond en die een licentie als competitiespeler bezitten.

- spelen bijna dagelijks en veelal meer dan eens per dag
 - hebben veelvuldige oefeningen en trainingen nodig om het beste niveau te behalen en te behouden
- spelen op alle mogelijke pleinen en hebben meestal de voorkeur voor buitenpleinen
- proberen altijd zoveel mogelijke punten per "mène" te scoren
 - schieten gemakkelijk om een bal van de tegenstrever tussen de eigen ballen te verwijderen
- men speelt meestal offensief door gebruik te maken van het overwicht in resterende ballen

Een wedstrijd wordt meestal gewonnen door het beste samenspelende team (doublette/triplette) waarbij in triplete de 2e-man heel belangrijk is en veelal doorslaggevend kan zijn.

Categorie 3: Kampioenen

- zijn meestal aangeboren talenten met ongelooflijke lef die van jongs af aan spelen
 - komen nogal veel voor in families met meerdere spelers
- spelen op alle mogelijke pleinen en hebben meestal de voorkeur voor buitenpleinen
- maken het spel zelf door te streven naar het wegschieten van elke bal van de tegenstrever
 - de bal van de tegenstrever mag zelfs nog op meer dan 1 m van de cochonet liggen
- elke speler van een team kan meestal zowel goed pointeren als goed schieten

Een wedstrijd wordt meestal gewonnen door het team dat op het einde van elke " mène " de meeste ballen op het plein over houdt.

*Waarom men de boules in hun handen houdt
en nooit in hun (broek)zakken steekt.*



2.2 SPELERS: Soort/Reeks

In de pétanquewereld worden de gefedereerde spelers onderverdeeld in verschillende soorten/reeksen.

Blijkbaar is in de loop van de jaren een misverstand gegroeid over de benaming “gefedereerd”.

In de algemene omgang gebruikt men de term “gefedereerde spelers” voor spelers met een licentie als competitie-speler en die als speler ook actief zijn in de competities.

Gezien de recreanten die lid zijn van de Federatie (Pétanquebond) eigenlijk ook “gefedereerd” zijn worden die spelers toch niet toegelaten tot de “officiële” competities/tornooien.

Soorten: gefedereerde

- recreanten
- competitie-spelers (met licentie)

Spelers die aan “officiële” wedstrijden/tornooien willen meedoen dienen te beschikken over een federatie lidkaart en krijgen daardoor toegang tot alle gefedereerde clubs van het land.

Een bij de Bond aangesloten speler is automatisch verzekerd tegen ongevallen bij het betreden van andere erkende clubs.

Reeksen: volgens leeftijd

- miniemen: minimum 6 tot en met 11 jaar
- kadetten: minimum 12 tot en met 14 jaar
- junioren: minimum 15 tot en met 17 jaar
- beloften: minimum 18 tot en met 22 jaar
- senioren-heren: minimum 18 tot en met 54 jaar
- senioren-dames: minimum 18 tot en met 49 jaar
- veteranen-heren: vanaf 55 jaar (ook wel 50plussers of 50+ genoemd) (*)
- dames-veteranen: vanaf 50 jaar (ook wel 50plussers of 50+ genoemd)

(*): alhoewel de overkoepelende nationale bonden de leeftijd voor veteranen hebben vastgelegd op minimum 55 maakt de POV (Oost-Vlaamse Bond) hier een uitzondering op door de leeftijd aan te passen naar 50 jaar



Veteraan (50+) in actie.

3.1 TECHNIEKEN: Algemeen

Algemeen

Pétanque vergt concentratie, tactiek en techniek.

Er is een groot verschil tussen het “kennen” en “kunnen”, de echt goeie spelers bezitten deze beiden.

Een goede speler is iemand die én regelmatig én beter is dan het gemiddelde.

Men kan veel bijleren door de ogen goed de kost te geven tijdens een wedstrijd met goede spelers.

Basishoudingen

Algemene leidraad waarbij niet mag vergeten worden dat elke speler een eigen stijl kan hebben.

De houding bij rechtstaande worp:

Beide voeten dicht bijeen met voor:

- rechtshandigen: de rechervoet iets naar voor om goede steun te behouden
- linkshandigen: de linkervoet iets naar voor om goede steun te behouden

De houding in hurkzit:

- voeten en knieën tegen elkaar
- romp recht houden

De werparm:

Een vloeiende beweging is noodzakelijk met best op het einde de pols inschakelen

Vasthouden van de bal:

De bal moet in de handpalm liggen met aaneengesloten vingers.

Bij het einde van de worp lost men de bal met gestrekte vingers.



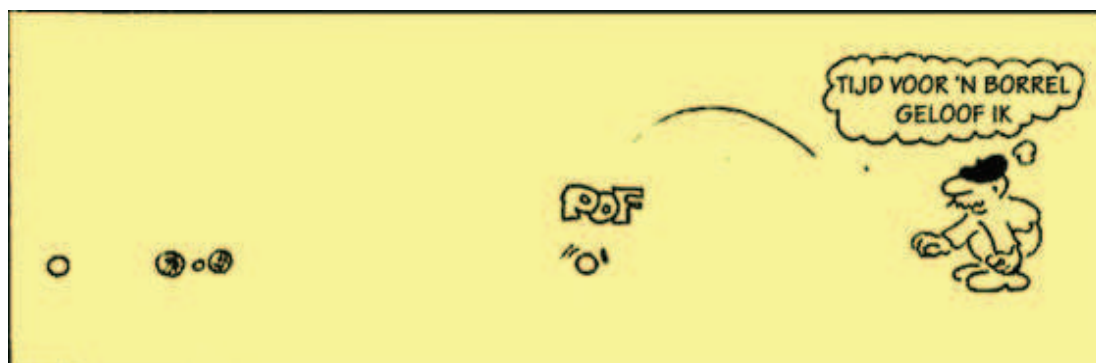
Ballen

De keuze van een bal is functie van de manier van spelen van de speler en van diens fysiologie:

- de grootte van de hand bepaalt de te kiezen diameter
- de kracht van de hand/arm bepaalt het te kiezen gewicht

Daarbij komt dat over het algemeen zwaardere ballen met groeven eerder geschikt zijn voor te pointeren omdat deze meer grip houden op de ondergrond.

De schutters geven dan eerder de voorkeur aan lichtere gladde ballen om overbelasting en vermoeidheid van de arm/schouder tegen te gaan.



Concentratie is soms moeilijk.

3.2 TECHNIEKEN: Pointeren Theorie

Algemeen

In veel gevallen is de pointeur misschien wel de belangrijkste speler waarbij het “goed pointeren” meestal de bepalende factor is om een wedstrijd te winnen.

De meeste spelers, voornamelijk in Categorie 1, proberen altijd de bal zo dicht mogelijk bij de cochonet te krijgen wat niet altijd de juiste oplossing is.

Meestal is de beste pointage te spelen naar de winnende bal of tussen de winnende bal en de cochonet om zo het punt af te nemen.

In sommige gevallen is het zelfs beter om het punt van de tegenstrever niet af te nemen maar een “muurtje” voor de cochonet te leggen zodat er geen punten meer kunnen bij komen.

Een goede “pointeur” speelt (bijna) nooit naar de cochonet maar viseert (bijna) steeds de winnende bal!

Soorten gepointeerde ballen

Zie hiervoor ook de volgende pagina's, “Standaardsituaties Pointeren”, met veel voorkomende situaties.

Slechte ballen:

- die buiten lopen
- veel te ver of veel te kort zijn
- beetje te ver voorbij de cochonet liggen
- plakkend tegen de cochonet
- muurtje vormend voorbij de cochonet

Goeie ballen:

- dichtbij en vóór of naast de cochonet
- laatste bal voor de cochonet geplaatst

Perfecte ballen:

- dichtbij vóór de cochonet
- plakballen die winnen
- ballen die leiden tot vermeerdering van punten

Techniek van Pointeren

Elke speler heeft een beetje zijn eigen manier/wijze van werpen.

Als men een eigen techniek redelijk onder de knie heeft doet men er best aan om deze te behouden.

Men kan eventueel wel de (eigen) techniek verder verfijnen door bepaalde regels te volgen.

Afhankelijk van het terrein en de afstand tot de cochonet kiest men voor rechtstaand of hurkend (geeft een beter overzicht van de toestand van het terrein) te pointeren waarbij meestal voor verre afstanden rechtstaand wordt gekozen.

Hierbij worden een aantal mogelijke richtlijnen gegeven om de eigen techniek bij te werken.

Rollende boule:



De bal raakt de grond op een afstand van 3 à 5 m.
Bij deze worp is het belangrijk dat de baan goed wordt gelezen gezien onregelmatigheden van het terrein een grote invloed hebben.

Lage lob of demi-porté:



De bal wordt met een boog geworpen tot iets verder dan halweg de afstand tot de cochonet.
Hoe hoger gegooid hoe korter de uitloop.
Uitloop wordt beïnvloed door de bodemgesteldheid.

Hoge lob of porté-complète:



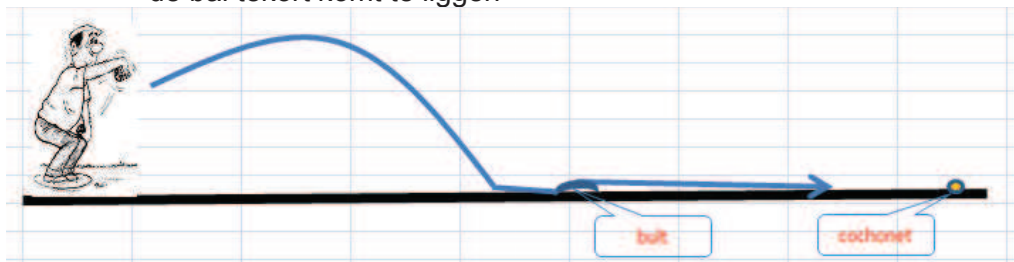
De bal wordt zo hoog mogelijk geworpen zodat deze bijna vertikaal op minder dan 50 cm van de cochonet naar beneden valt.
Invloed van harde ondergrond kan belangrijk zijn (daarom tegeneffect te gebruiken).

Oneffen terreinen (bult):

De bal dient over de bult te worden geworpen!

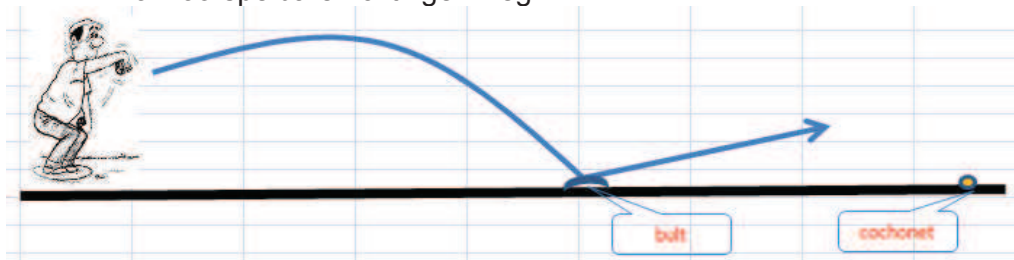
Worp vóór de bult:

- door de opwaartse helling wordt de kracht (snelheid) van de bal gereduceerd waardoor de bal tekort komt te liggen



Worp op de bult:

- door de rondingen en/of andere onvolmaaktheden van de bultrug vliegt de bal gemakkelijk in onvoorspelbare richtingen weg



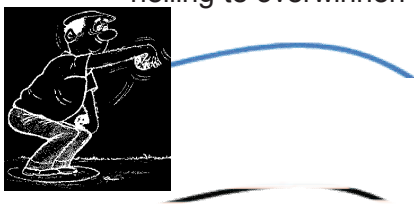
Oneffen terreinen (put):

Bij een tamelijke grote, breedte en lengte, en diepere put.

De beste manier om deze hindernis te nemen is ofwel naast de put te passeren eventueel met effect of anders vóór de put werpen met genoeg snelheid en kracht om er uit te komen.

Worp vóór de put:

- eens dat de bal in de put terecht komt verliest die snelheid/kracht om de volgende helling te overwinnen waardoor de bal tekort kan komen te liggen



Worp in de put:

- eens dat de bal in de put terecht komt valt die gemakkelijk stil en zal eerder bij het stijgen op de helling terug keren naar het midden van de put
- bij een harde worp kan de bal afhankelijk van de plaats waar de bal terecht komt een onvoorspelbaar traject volgen



Pointeren over grote afstand:

Hier gebruikt men best de boogworp al rechtstaande gezien bij dergelijke worp minder uitloop is waardoor de controle iets gemakkelijker is over grote afstand.

- hoe hoger de boogworp hoe kleiner de uitloop
- best ook hier “corrigerend effect” toe te passen



Plomberen:

Om bvb een eigen bal verder te duwen gebruikt men best de boogworp.

- opgelet: niet harder werpen dan nodig is



Algemeen:

Veelal wordt te hard gepointeerd (voornamelijk in Categorie 1):

- de meesten werpen de bal meestal rechtdoor/rechtaan en proberen door het doseren van de snelheid het doel te bereiken wat niet gemakkelijk is
- men dient te pointeren door de bal figuurlijk te “leggen” waar men wil waarbij de beste wijze is:
 - in gedachten trekt men een rechte lijn vanaf de werpcirkel tot de plaats waar men wil liggen
 - men kiest dan een punt +/- halfweg waarna men zich nog enkel op dit punt focust en niet meer kijkt naar de cochoonet
 - men werpt dan de bal lichtjes in de lucht tot op dit fixatiepunt waarbij men de uitloop volgt om bij volgende ballen eventueel een kleine correctie uit te oefenen

Mogelijke verbeteringen (door te oefenen):

- goed pointeren is sterk afhankelijk van het terrein, dus hoe minder contact met het terrein hoe minder afwijkingen
 - competitiespelers werpen meestal de bal omhoog tot ver voorbij de helft van de afstand tussen beginpunt en cochoonet (sommigen zelfs tot bijna aan de cochoonet)

Tips & Advies

Vele spelers, zelfs competitie spelers, letten te weinig op de handelingen van de tegenstrever.

Pointage van de tegenspeler:

Bekijk altijd het werppunt en het traject van de tegenstrever.

- bij goed resultaat kan men eventueel hetzelfde gebruiken en/of lichtjes corrigeren
- vereffen steeds een eventueel gevormd putje op het terrein (opgelet: in competitie mag dit enkel bij het laatst gemaakte putje)

Werphand van de tegenstrever:

Bekijk of de tegenspeler, voornamelijk dan de pointeur, of die rechts/linkshandig is (dit wordt weinig in het oog gehouden voornamelijk in de Categorie 1)!

- als die linkshandig is probeer steeds te pointeren aan de linkerkant zodat deze speler tegen zijn hand in dient uit te wijken
- als die rechtshandig is probeer steeds te pointeren aan de rechterkant zodat deze speler tegen zijn hand in dient uit te wijken

3.3 TECHNIEKEN: Pointeren Oefeningen

Basisregel

Hier geldt maar 1 grondregel: oefenen - oefenen - oefenen.

In volgorde van moeilijkheidsgraad

Best uit te voeren te beginnen met de cochonet op 6 m en dan verder in stappen van 1 m zowel rechtdoor als diagonaal (links/rechts).

Boogworpen om invloed van terrein te minimaliseren:

Leg bvb een borstelsteel op een afstand van 1/3, beter nog +/- halfweg, plat op de grond zodat men verplicht wordt om over de steel op de grond terecht te komen.



Worpen met "effect":

De zijdelingse kracht van een uitgeoefend effect op de bal is veel kleiner dan de voorwaartse kracht waardoor deze zijdelingse kracht maar begint te werken op het einde van de loop als de voorwaartse kracht afneemt..

Door gebruik te maken van effect bij een worp kan men zowel rechts als links (eventueel rond een hindernis) indraaien.

Rechts effect steken bij rechtshandigen: Om links (tegenuurwerkwijserszin) in te draaien.

- voor het werpen legt men daarvoor de bal links in de handpalm (hand onderste boven)
- tijdens het werpen zelf houdt men de rechterkant van de hand met de bal iets naar achteren om dan vóór het loslaten van de bal een kleine draaibeweging naar voren te maken zodat de rechterkant van de hand lichtjes naar voor komt



handpalm



bovenkant hand

Links effect steken bij rechtshandigen: Om rechts (uurwerkwijserszin) in te draaien.

- voor het werpen legt men daarvoor de bal rechts in de handpalm (hand onderste boven)
- tijdens het werpen zelf houdt men de linkerkant van de hand met de bal iets naar achteren om dan vóór het loslaten van de bal een kleine draaibeweging naar voren te maken zodat de linkerkant van de hand lichtjes naar voor komt



handpalm



bovenkant hand

Opmerking: voor linkshandigen zijn bovenstaande richtlijnen vice-versa!

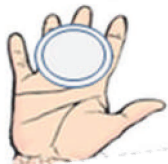
Worpen met "corrigerend effect":

Vergelijkbaar met het gyroskopisch effect waarbij afwijkingen van richting min of meer worden tegen gewerkt.

Met deze techniek bekomt men een meer gecontroleerde rechte loop van het gewenste looptraject:



- men steekt "corrigerend effect" door de bal tijden het werpen aan de vingertoppen in de handpalm te leggen en min of meer terug te trekken (polsbeweging) bij het lossen van de bal



handpalm



bovenkant hand

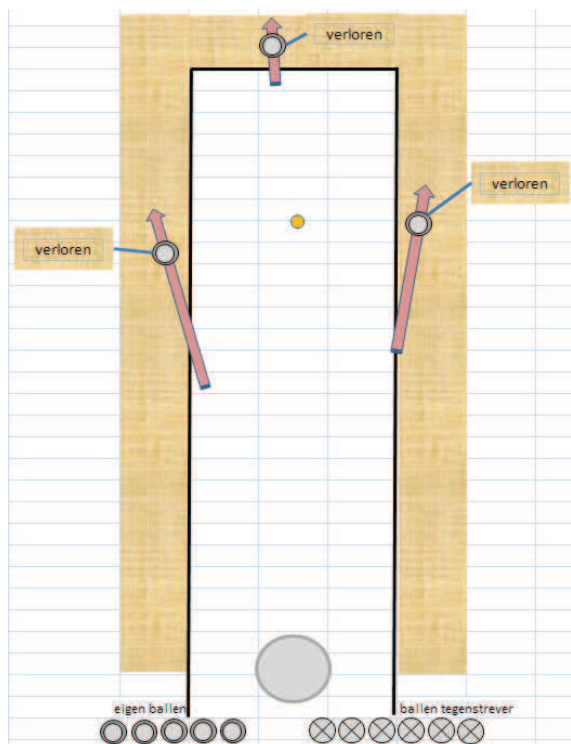


Ik geloof mijn ogen niet.

3.4.1 TECHNIEKEN: Pointeren Praktijk

Bal buiten: Verloren bal

Komt neer op spelen met minder ballen dan de tegenspeler



Terrein niet goed gelezen.

Te ver:

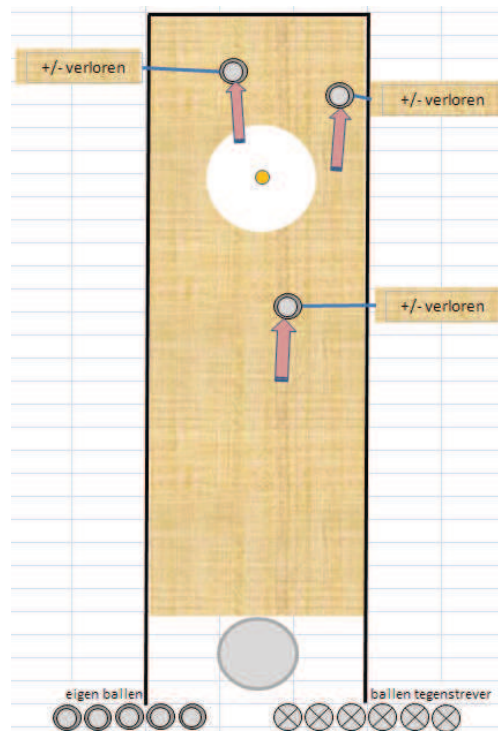
- minder hard werpen of meer boogworp
- eventueel "trekken" aan de bal

Links/rechts buiten:

- verder op de grond werpen om invloed van het terrein te verminderen
- meer naar het midden werpen
- effect naar binnen gebruiken

Bal veel te ver/te kort: Praktisch verloren bal

Zoveel als verloren ballen in het spel



Terrein niet goed gelezen.

Te ver:

- minder hard werpen of meer boogworp
- eventueel "trekken" aan de bal

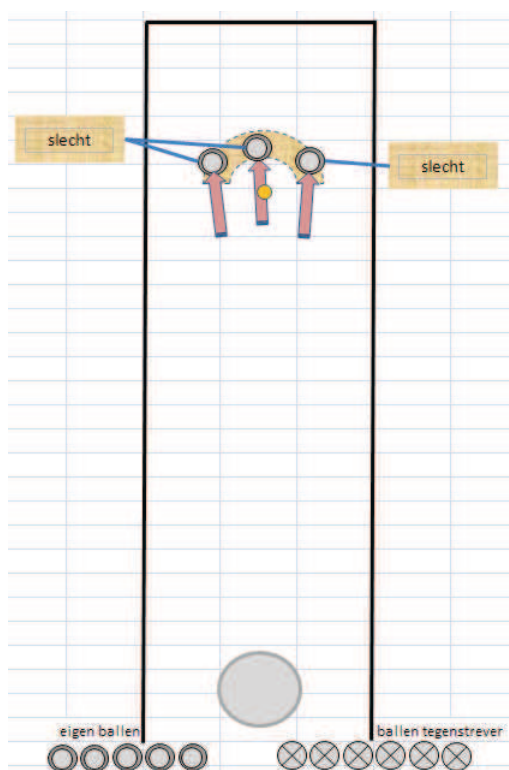
Te kort:

- harder werpen (mogelijks rechtstaande voor verre afstand)
- speculeren dat de cochoonet daar nog zal komen is niet realistisch!.

3.4.2 TECHNIKEN: Pointeren Praktijk

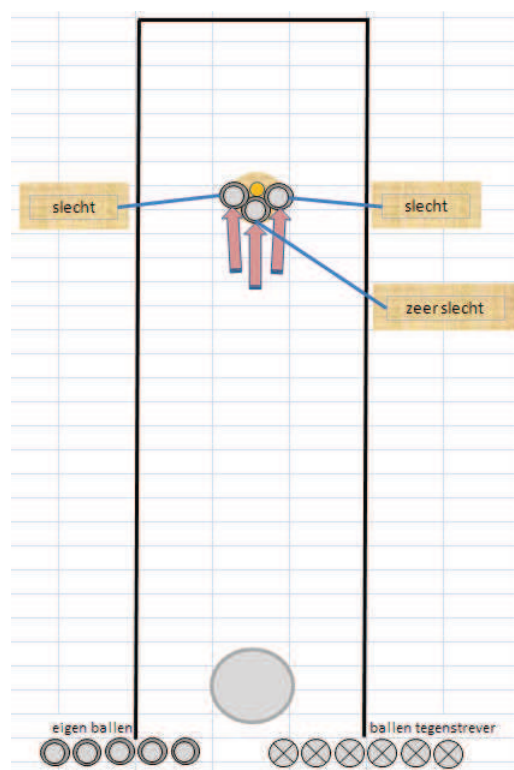
Bal voorbij cochonet: slechte bal

Zal meestal niet het winnende punt opleveren.



Bal op cochonet: slechte bal

Wordt door goede spelers weggeschoten.



Te hard werpen.
Kan soms nog op het einde bijkomend punt opleveren.
Kan door eigenspeler/tegenstrever als stop worden gebruikt.
Meerdere gelijkaardige ballen vormen een "muurtje".

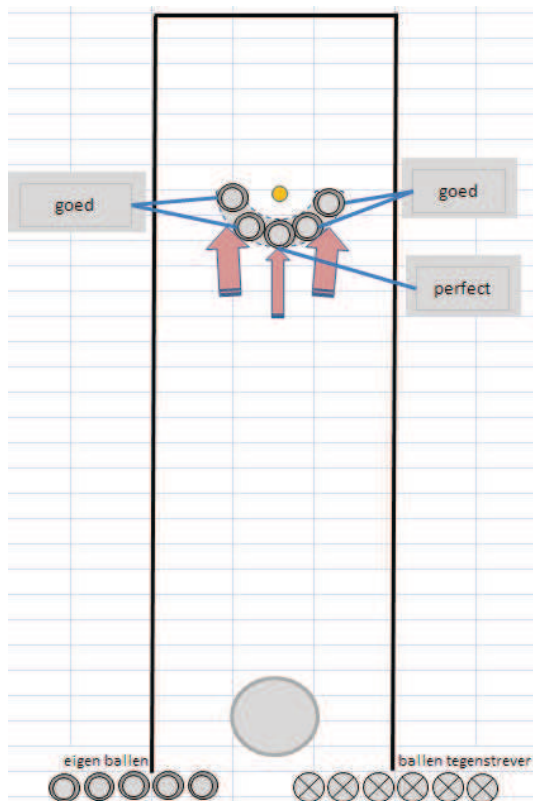
Veel voorkomende fout: pointeren naar de cochonet.
Een goede schutter schiet deze bal weg en ligt op +/- dezelfde plaats.
Resultaat is dat de weg geschoten bal verloren is en men een punt geeft aan de tegenstrever.
De bal die vooraan tegen de cochonet ligt is zelfs een zeer slechte bal!
Door deze bal te schieten vliegt meestal de cochonet mee weg.

3.4.3 TECHNIEKEN: Pointeren Praktijk

Bal dichtbij cochonet: goeie bal

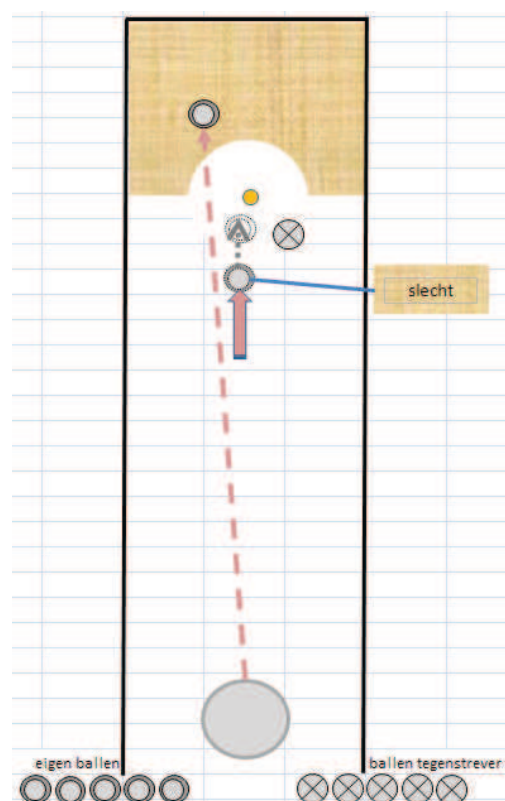
Kan het winnende punt opleveren.

Bal vóór cochonet is de perfecte bal



Bal te ver voor cochonet: moeilijke bal

Kan bijna nooit het winnende punt opleveren.



Verplicht de tegenstrever om wel of niet te schieten.

Is moeilijk voor tegenstrever om punt af te nemen.

Verplicht de tegenstrever om links of rechts te spelen waardoor de te spelen bal onvermijdelijk verder naast de cochonet komt te liggen.

Kan gemakkelijk nog "groeien" zowel door eigen ploeg als door de tegenstrever (zelfs +/- 40 cm voor de cochonet).

De perfecte bal verplicht de tegenstrever om te schieten.

Kan eventueel nog een beetje groeien.

Is wel een beetje een hindernis voor de tegenstrever.

Pogingen om zelf deze bal verder te duwen komen zelden goed, bij het missen komt de werpbal veel te ver, daardoor is de nieuwe worp meestal een verloren bal.