

Säule A:

"Au Backe" noch ein Hindernis

Equipment: Verschiedene Bälle. Schlägerwahl: Hockey oder Golfschläger. Gerne Driver oder Wedge. Verschiedene Ausrüstungsgegenstände für die Hindernisse.

Prästationsdruck - Ergebnis. Eigene Überlegungen anstreben Hindernis zu meistern. Schlagwinkel ansteuern. Dosierung beachten. Möglichkeiten suchen und finden, Hindernisse zu bewerkstelligen bzw. zu überwinden.

Spielidee:

Mit einem Schläger freier Wahl, Hockey oder Golfschläger müssen verschiedene Hindernisstationen bewerkstelligt werden.

Die Hindernisse werden in Reihe z.B. an einem Übungsgrünbunker aufgebaut. Von jeder Schlagposition aus muss ein Hindernis neu bewältigt werden.

Nicht das Ziel sondern die Aufgaben stehen im Vordergrund.

Hindernisse:

VOR einem Hindernis muss der Ball zum liegen kommen (Tasche, Seil).

DURCH ein Hindernis. Das Hindernis muss vollständig überwunden werden. (Hütchen in Reihe oder Raupenschlauch).

UM ein Hindernis. Das Hindernis muss mit geringster Schlagzahl vom Start bis zum Ziel umspielt werden. (Umspielen von Hütchen).

Unter einem Hindernis durchspielen. Richtige Wahl des Balls! (Ein Seil spannen unter dem der Ball durch muss).

ÜBER ein Hindernis. Über eine (Hilfsbrücke) spielen.

VON einem Hindernis spielen. (Von einem Stock oder Hütchen) zu einem Ziel spielen.

AUS einem Hindernis "Bunker" in einen Zielkreis (Gymnastikreifen) spielen.

IN ein Hindernis spielen (halbrunder Kreis in 10 Meter).

GEGEN ein Hindernis spielen (6 kleine Holzkegel).

Hinweis:

Alle Spielvarianten mit Bedacht und dosiert ausführen

Nach jeder Aufgabe das erreichte Ziel notieren.

Vorgabe ein Schlag je Hindernis. Aufgabe erfüllt ein Punkt. Bei dem Kegelhindernis die Anzahl der umgefallenen Kegel notieren.

Variationen:

Der Leistungsdruck kann durch die Schlägerwahl angepasst werden.

Verschiedene Bälle erschweren die Aufgaben.

Auswahl unterschiedlicher Geländebeschaffenheiten.