

# Minigolf: Ein Bindeglied zwischen den Generationen

18 Bahnen, ein Schläger, ein Ball und jede Menge gute Laune: Es braucht nicht viel zum Minigolfen. Es kommt also nicht von ungefähr, dass sich Jahr für Jahr Millionen von Menschen mit Geschick, Konzentration und gutem Auge an diesem faszinierenden Spiel versuchen. Wir bieten eine Einsteigerhilfe mit Tipps, um Minigolf-Bahnen im Sportunterricht mit vorhandenem Material zu erstellen.



Vom ersten Schlag an mit garantiertem Spassfaktor und dank dem Umstand, dass Minigolf nicht primär auf Muskelkraft und körperlicher Ausdauer aufgebaut ist, kann das Spiel gleichermassen vom jungen Schüler bis ins hohe Rentenalter erlernt und ausgeübt werden.

Im Folgenden schlagen wir Übungen für jedes Alter vor, um die Basisfertigkeiten zu üben. Sie liefern zahlreiche Ideen, wie Minigolf in einer Sporthalle mit dem vorhandenen Material aus dem Geräteraum geübt werden kann. Selbstverständlich können die erworbenen Fertigkeiten auch auf einer öffentlichen Minigolf-Bahn umgesetzt werden.

## Übungen

- [Basisfertigkeiten](#)
- [Für jedes Alter – einfach](#)
- [Weiterführende Trainingsformen](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Bundesamt für Sport BASPO**