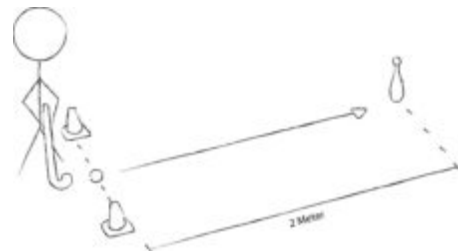


Minigolf – Für jedes Alter – Einfach: Fallender Kegel

Diese Übung eignet sich gut für Neulinge, um die richtige Haltung beim Schlag zu trainieren und die Treffsicherheit zu steigern.

Der Spieler oder die Spielerin versucht mit einem Tennisball einen Kegel zu Fall zu bringen. Ist die Distanz für einen auf Anhieb erfolgreichen Schlag mit dem Hockey- oder Unihockeystock zu gross, kann der Ball beim ersten Mal nahe an den Kegel gezielt werden, sodass er dann leichter umzuschliessen ist.



Einfacher

- Abstand verkleinern.

Schwieriger

- Abstand vergrössern.
- Mehrere Kegel mit einem Schlag umlegen.

Material: ein Hockey- oder Unihockeyschläger, ein Tennisball, zwei Hütchen, ein Kegel.

Quelle: Wolfgang Wicki, Jürg Salvisberg, Peter Arber (Swiss Minigolf)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO