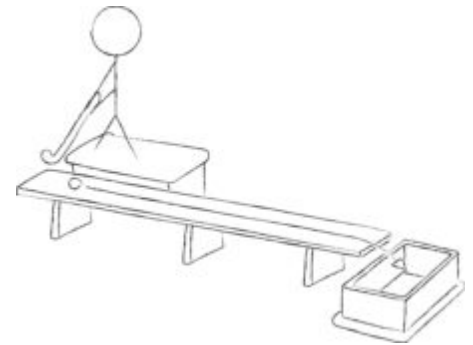


# Minigolf – Für Erwachsene – Schwierig: Ein schmaler Pfad

Mit dieser Übung lassen sich die Standsicherheit und das parallele Schlagen zur gewünschten Linie bestens trainieren.

Die richtige Position zum Ball und ein scharfes Auge entscheiden bei dieser Übungsanlage über Erfolg und Misserfolg. Der Ball soll mittig über eine Langbank in einen Kasten rollen. Weicht er stark von dieser Geraden ab und fällt zu Boden, heisst es von vorne beginnen.



## Einfacher

- Ein Begrenzungsseil am Ende der Langbank kann manchen Ball noch retten.

## Schwieriger

- Schlagsichere können die Aufstellung um eine Langbank verlängern, wobei die ersten den Anfang der zweiten überlappen muss.

**Material:** ein Hockey- oder Unihockeyschläger, ein Tennisball, eine Langbank, zwei Kastenoberteile.

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



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Bundesamt für Sport BASPO**