

# Inhalt

VORWORT ZUR DRITTEN ÜBERARBEITETEN NEUAUFLAGE	11
<b>KAPITEL 1 Entstehung des Pétanque-Spiels</b>	<b>13</b>
<b>KAPITEL 2 Das Handwerkszeug</b>	<b>15</b>
Die Kugel	15
Die Zielkugel	21
Der Lappen	21
Die Messgeräte	22
Die Kugeltasche	23
Kleidung und Utensilien	24
<b>KAPITEL 3 Der Spielablauf</b>	<b>27</b>
<b>KAPITEL 4 Erste Regeln</b>	<b>31</b>
<b>KAPITEL 5 Die Mannschaften</b>	<b>35</b>
Die Triplette (3:3)	36
Die Doublette (2:2)	36
Das Tête-à-tête (1:1)	37
<b>KAPITEL 6 Die Wurftechniken</b>	<b>39</b>
Die Haltung	40
Das Kugelfassen	41
Der Wurf	41
Das Legen (pointer)	43
Das Schießen (tirer)	48
<b>KAPITEL 7 Das Terrain</b>	<b>55</b>
Das Relief	55
Auf Terrain libre	56
Im Boulodrome	60
In der Halle	63
<b>KAPITEL 8 Die Taktik</b>	<b>65</b>
<b>KAPITEL 9 Das mentale Spiel</b>	<b>73</b>
<b>KAPITEL 10 Auf dem Platz</b>	<b>79</b>

■	<b>KAPITEL 11 Das Training</b> .....	<b>83</b>
■	<b>KAPITEL 12 Übungen</b> .....	<b>89</b>
	Legeübungen .....	90
	Der gerade Lauf der Kugel .....	91
	Der kurze Lauf der Kugel .....	93
	Legespezialitäten wie Drücken, Sau ziehen und Bec .....	94
	Schießübungen .....	95
	Die Anordnung der Übungsaufgaben .....	97
	Die Durchführung und Wertung der Schüsse .....	98
	Ergebnisprotokoll .....	98
	Taktik .....	100
■	<b>KAPITEL 13 Die Ernährung</b> .....	<b>101</b>
■	<b>KAPITEL 14 Vereine und Verbände</b> .....	<b>103</b>
■	<b>KAPITEL 15 Die Wettbewerbe</b> .....	<b>107</b>
	Im Turnier .....	107
	Das Ligaspiel .....	115
	Meisterschaften und Pokale der Verbände .....	116
■	<b>KAPITEL 16 Der Schiedsrichter</b> .....	<b>119</b>
■	<b>KAPITEL 17 Selbst ein Turnier veranstalten</b> .....	<b>123</b>
	Rundenturnier .....	124
	Poule A-B k. o. ....	128
	<b>ANHANG</b> .....	<b>133</b>
	Nützliche Internet-Adressen .....	133
	Deutsche Verbände .....	133
	Internationale Verbände .....	133
	Bezugsquellen für Bouleartikel .....	133
	Bouleschulen .....	134
	<b>GLOSSAR</b> .....	<b>135</b>