

## **PROGRAM FOR INSTRUKTION**

### **OVER 5 AFTENER I KLUB**

#### **1. AFTEN:**

- A) Præsentation af instruktør
- B) Introduktion af program
- C) Kropsstilling – kø føring – forskellige bro'er
- D) Stødteknik (De 3 forskellige teknikker)
- E) Udlægsg baller (spids og underhåndslangbal)
- F) Amortistød (centrumstød)
- G) Baller fra bronzemærket

#### **2. AFTEN:**

- A) Om kø'en og brug af maskinen
- B) De 5 vigtige regler for keglebillard
- C) Trækstød (sigtepunkter på bal 2)
- D) Medløbsstød (sigtepunkter på bal2)
- E) Tandhjulseffekt
- F) Tværbal (linier - beregning af 1 og 2 bänder)
- G) Langbal (linier – beregning af langbal)

#### **3. AFTEN:**

- A) Dommerreglementet
- B) Kvarter (linier for disse)
- C) Underhåndskvarter (regler for disse)
- D) Oplæg efter rødt
- E) Baller fra Sølvmærket

#### **4. AFTEN:**

- A) Lidt om træningskultur
- B) Enkeltspidser (linier for disse)
- C) Dobbeltspidser (linier for disse)
- D) Højspidser (linier for disse)
- E) Tempokontrol (øvelse)

#### **5. AFTEN:**

- A) Materiale reglement
- B) Opbygning af keglespillet.
- C) Direktører og oplæg efter disse
- D) Piqué-stød – massé-stød
- E) Pressballer