

**Begrijp**

# **BOWLS**

**Een boekwerk voor  
Coach en Speler**

**Basis techniek** ©

Uitgave van:

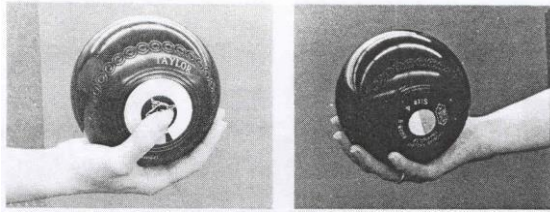


Als U de Bowl zo kunt vast houden  
is de omtrek van de Bowl voor  
U wellicht de beste



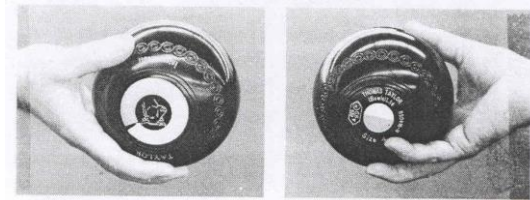
Volgens de regels is er een klein verschil tussen de maximum en minimum grootte toegestaan.

## **Cradle grip**



Bowl in de volle handpalm nemen, met gespreide vingers. Duim en pink houden de Bowl in evenwicht.

## **Clauw grip**



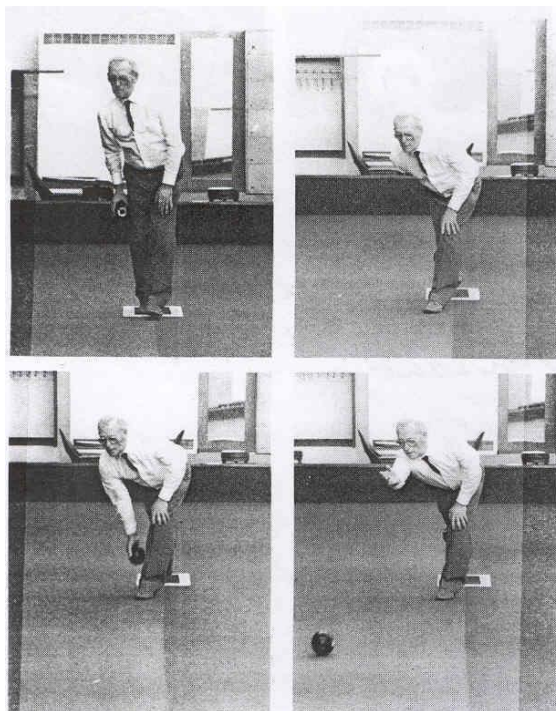
Ook hier bepalen duim en pink het evenwicht van de Bowl! Bij beide grips, door goed oefenen, uit zoeken wat voor u de beste plaats is van duim en pink.

Oefen net zo lang totdat de Bowl in één vloeiende beweging (zonder stuiten of botsen) op weg gaat naar zijn doel.

We spreken dan van “a good delivery”.

## Athletic worp

Clauw grip



### De atletische stijl van afleveren

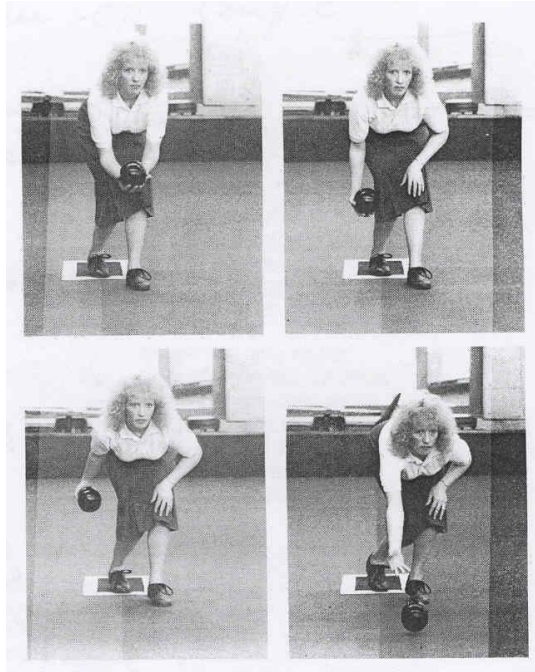
**Beide voeten op de mat en met de leidende voet uitstappen tijdens het afleveren van de Bowl.**

**Note :**

**Let op de richting van de leidende voet bij deze forehand.**

## *Fixed worp*

### **Cradle grip**

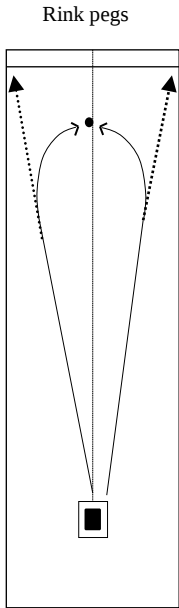


### **De vaste aflevering**

Met beide voeten een vaste stand aannemen.

De voorstaande en leidende voet blijft op zijn plaats, bij het afleveren van de bowl, richting doel ( jack ).

## *Oefenen op breedte*



← Ditch

Gebruik als richtpunt de uiterste hoek van de ditch

Note:

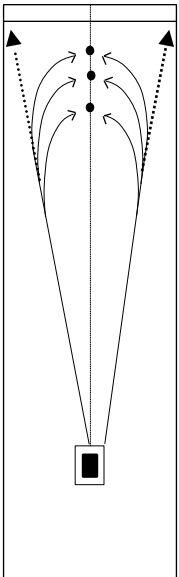
Let op het vertrekpunt van de bowl.

Rechtse-punt voetmat

### **Backhand**

Midden punt voetmat

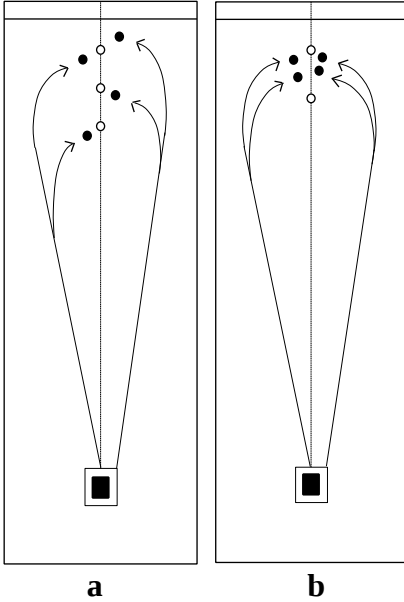
### **Forehand**



Greenline

Als de breedte van de bowl goed is, zal deze altijd midden op de baan eindigen

## Oefenen op lengte



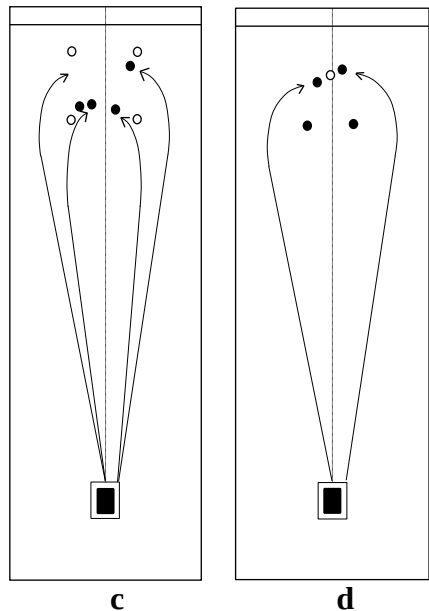
**a:** Zet drie jacks op de middellijn met een afstand van 2 tot 3 yards (1,80 tot 2,70 m) uit.

Oefen de worp naar elke jack in willekeurige volgorde.

**b:** Zet twee jacks op de middellijn met een afstand van ongeveer 2 yards (1,80 m) uit, afhankelijk van het moeilijkheidsniveau en probeer de bowls tussen de twee jacks te plaatsen.

**c:** Zet vier jacks in een vierkant en werp vier bowls in het vierkant. Uw bowls moeten liggen tussen de dichtsbijzijnde twee jacks.

**d:** Werp naar de jack met daarvoor twee geplaatste bowls.



## Gewichten en maten van de bowls

| Grote nr.      | 0                                | 1                                | 2                               | 3                               | 4                               | 5                               | 6                               | 7                               |
|----------------|----------------------------------|----------------------------------|---------------------------------|---------------------------------|---------------------------------|---------------------------------|---------------------------------|---------------------------------|
| Diameter       |                                  |                                  |                                 |                                 |                                 |                                 |                                 |                                 |
| inches         | 4 <sup>5</sup> / <sub>8</sub>    | 4 <sup>3</sup> / <sub>4</sub>    | 4 <sup>13</sup> / <sub>16</sub> | 4 <sup>7</sup> / <sub>8</sub>   | 4 <sup>15</sup> / <sub>16</sub> | 5                               | 5 <sup>7</sup> / <sub>16</sub>  | 5 <sup>1</sup> / <sub>8</sub>   |
| mm             | 118                              | 121                              | 122,5                           | 124                             | 125,5                           | 127                             | 128,5                           | 130                             |
| Midden gewicht |                                  |                                  |                                 |                                 |                                 |                                 |                                 |                                 |
| lb oz          | 2 11 <sup>1</sup> / <sub>2</sub> | 2 14 <sup>1</sup> / <sub>2</sub> | 3 0                             | 3 1 <sup>3</sup> / <sub>4</sub> | 3 3 <sup>3</sup> / <sub>4</sub> | 3 5 <sup>3</sup> / <sub>4</sub> | 3 6                             | 3 7 <sup>3</sup> / <sub>4</sub> |
| kg             | 1,24                             | 1,32                             | 1,36                            | 1,41                            | 1,47                            | 1,52                            | 1,53                            | 1,58                            |
| Zwaar gewicht  |                                  |                                  |                                 |                                 |                                 |                                 |                                 |                                 |
| lb oz          | 2 13                             | 3 0                              | 3 1 <sup>1</sup> / <sub>2</sub> | 3 3 <sup>1</sup> / <sub>2</sub> | 3 5 <sup>1</sup> / <sub>2</sub> | 3 7 <sup>3</sup> / <sub>4</sub> | 3 7 <sup>3</sup> / <sub>4</sub> | 3 7 <sup>3</sup> / <sub>4</sub> |
| kg             | 1,28                             | 1,36                             | 1,41                            | 1,46                            | 1,52                            | 1,58                            | 1,58                            | 1,58                            |

Hoewel geen enkele bowl meer mag wegen dan 3 lb 7<sup>3</sup>/<sub>4</sub> oz ( 1,58 kg ), zijn er lichte verschillen in gewicht, binnen een bepaalde tolerantie, welke geproduceerd worden door verschil in fabrikant. Natuurlijk zullen Uw set van vier bowls allen identiek zijn.

### Geldigheid ( validity ) van de bowls

Het **World Bowlingboard** heeft een master bowl geproduceerd, welke een minimum toegestane afwijking (bias) heeft. In elk van de lidstaten van de WB, het internationaal controlerende lichaam, bezit een kopie van deze master. Dit zijn de standaard bowls en de afwijking van de vervaardigde bowls moeten de vergelijking met de standaard doorstaan.

Geen bowl mag een grotere afwijking hebben. Om dit te garanderen ( certify ), is elke bowl van een duidelijk stempel voorzien.

|   |               |   |                                    |                              |  |
|---|---------------|---|------------------------------------|------------------------------|--|
|   | WB            |   | <b>WB</b>                          | <b>World Bowlingbond</b>     |  |
| A |               | ® | A                                  | Code letter van de fabrikant |  |
|   | 08            |   | ®                                  | Duid op een geregistreerd    |  |
|   |               |   | <b>Nummers</b>                     |                              |  |
|   | de WB stempel |   | Geldigheid t/m Jaartal handelsmerk |                              |  |

Nationaal gecontroleerde kwaliteit vereisen bowls welke het WB of hun eigen nationaal- merkteken bezitten alvorens zij gebruikt kunnen worden in hun competitie.

## *Spel types*

### S I N G L E S

1 Tegen 1

ieder 4 Bowls

Normaal  
25 punten score  
is winnaar

### P A I R S

2 Tegen 2

ieder 4 Bowls

Normaal over  
21 ends

### T R I P L E S

3 Tegen 3

ieder 3 Bowls

Normaal over  
18 ends

### F O U R S

4 Tegen 4

ieder 2 Bowls

Normaal over  
21 ends

Note :

Aantal ends of punten score kan aangepast worden aan de speeltijd of anders aantal ends.



**IBC Charlois Open  
Triple Toernooi  
29-01 2010**

|         |            |            |   |
|---------|------------|------------|---|
| Datum : | 12-05-2007 | Rink No. : | 1 |
| Tijd :  | 10:00      | Ref:       |   |

| BJ                         | V     | BE                   |
|----------------------------|-------|----------------------|
| <b>BY Oud-Beijerland 4</b> |       | <b>RBC Ribbowl 1</b> |
| Sjaak Snel                 |       | Riet Machielse       |
| Adrie Heijboer             |       | Peter Mul            |
| Arie Kranenburg            |       | Kees Hoorweg         |
|                            | Skips |                      |

| Shots | Totaal | Ends                 | Shots | Totaal |
|-------|--------|----------------------|-------|--------|
| 0     | 0      | 1                    | 1     | 1      |
| 0     | 0      | 2                    | 1     | 2      |
| 0     | 0      | 3                    | 2     | 4      |
| 1     | 1      | 4                    | 1     | 5      |
| 1     | 2      | 5                    | 1     | 6      |
| 0     | 2      | 6                    | 1     | 7      |
| 1     | 3      | 7                    | 2     | 9      |
| 1     | 4      | 8                    | 2     | 11     |
|       |        | 9                    | 3     | 14     |
|       |        | 10                   |       |        |
|       |        | 11                   |       |        |
|       |        | 12                   |       |        |
|       |        | 13                   |       |        |
|       |        | 14                   |       |        |
|       |        | 15                   |       |        |
|       |        | 16                   |       |        |
|       |        | 17                   |       |        |
|       |        | 18                   |       |        |
|       |        | 19                   |       |        |
|       |        | 20                   |       |        |
| 2     |        | Aantal Punten Totaal | 12    |        |
| 3     |        | Aantal Score Ends    | 4     |        |
| -10   |        | Aantal Shots + of -  | +10   |        |

BE Handtekeningen BJ

Drive

Gebruik de drive niet als geluk shot en zeker niet als het mogelijk is om de Bowl bij de jack te plaatsen

Blocking Shot

Je kunt er geen punt mee scoren, gebruik er dus nooit meer dan één Bowl voor

## *De meest gebruikte termen*

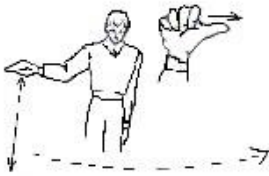
|               |                                                                 |
|---------------|-----------------------------------------------------------------|
| Rink          | Het speelveld                                                   |
| Ditch         | Ruimte waarin de Bowl dood is, met uitzondering van een toucher |
| Lead          | 1 <sup>e</sup> speler ( werpt de jack )                         |
| Second        | 2 <sup>e</sup> speler ( taak meestal meten )                    |
| Third         | 3 <sup>e</sup> speler ( alleen bij Four)                        |
| Skip          | Laatste speler                                                  |
| Jack          | Het witte balletje, ook wel kitty genoemd                       |
| Cast          | Het werpen van de jack bij het begin van het End                |
| Toucher       | Bowl die de jack raakt                                          |
| Plant         | Een andere Bowl raken om zelf bij de jack te komen              |
| Blocking shot | Bowl zo plaatsen dat tegenstander daar last van heeft           |
| Draw          | Een worp die het juiste doel heeft bereikt                      |
| Drive         | Hardere worp ( fixed drive )                                    |
| End           | Als alle spelers hun Bowls gegooid hebben                       |

## *Etiquette*

- 1 Kleding volgens voorschrift bij alle wedstrijden.
- 2 Complimenteer je tegenstander bij een ” good shot”.
- 3 Sta stil als je tegenstander speelt.
- 4 Sta achter de mat, zowel voor als achter, als je tegenstander speelt.
- 5 Ben geen wandelaar, blijf bij je eigen mat en loop over het midden van de mat terug, bij het wisselen van speelzijde
- 6 Ga niet zo staan dat je medespelers de spelsituatie en de hoeken van de ditch niet kunnen zien.
- 7 Uit nooit kritiek op je mede- of tegenspelers en klaag niet over de jouw toegewezen mat, als je niets positiefs te melden hebt, zeg dan maar niks.
- 8 Blijf attent bij het spel betrokken, niets is zo frustrerend als onverschilligheid. Voor je medespelers betekend het einde concentratie.
- 9 Staal steeds uit dat je van het spel geniet en bewaar sociale gesprekken tot in de pauze.
- 10 Begroet je tegenstander met een handdruk en noem je voornaam, ook bij het eind van het spel is een handdruk traditie.
- 11 Leer goed de spelregels EN speel ook volgens die regels.

Wees een gelukkige maar niet al te luidruchtige winnaar  
EN EEN GOED VERLIEZER.

## *Aanwijzingen voor medespelers*

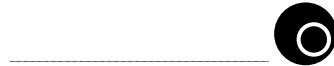


### **Heavy Bowl.**

Bowl voor bij de jack

afstand aangeven

Hiermee wordt bedoeld de afstand van denkbeeldige hartlijn jack naar een denkbeeldige evenwijdige lijn van de Bowls



### **Short Bowl.**

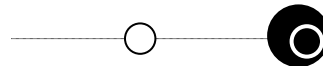
Bowl voor de jack

afstand aangeven



### **Jack High Bowl.**

Bowl precies op jack hoogte



### **Notitie:**

Geef nooit kritiek op je teamgenoten in bijzijn van je tegenstanders!!!