

Andreas Efler

Faszination Dreiband-Billard

Grundlagen

Technik

Mentaltraining



Empfohlen vom



FASZINATION DREIBAND- BILLARD

Litho-Verlag, Speyer
www.litho-verlag.de

**MENS AGITAT MOLEM
(VERGIL)
DER GEIST BEWEGT DIE MATERIE**



© Litho-Verlag e.K., Speyer 2005
Alle Rechte vorbehalten

Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne Zustimmung des Verlages unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Einbandgestaltung: Robert Leitner
Fotos: Robert Leitner, Jerker Anstrin, Fritz Wenger
Druck: Druckerei Schmitt, Landau, Germany

ISBN 3-9804706-8-7

1. Auflage
Printed in Germany

INHALTSVERZEICHNIS

Vorwort	3
Das Spielmaterial.	4
Die Karamboldisziplinen und ihre Spielregeln	8
Die richtige Körperhaltung.	12
Bockhand und Stoßarm	13
Das richtige Einschwingen	17
Die Stoßvorbereitung	18
Der Standardstoß	19
Kontrollliste für die häufigsten Fehler.	20
Legende.	21
Die Effekte in Theorie und Praxis	22
Auswirkungen des Treffpunktes auf B 1	22
Der Zentralstoß	23
Der Rückzieher	24
Der Nachläufer	25
Das Seiteneffet	27
Das Treffen von B 2	35
Kennenlernen der Stoßbilder	44
Der Anfangsstoß	45
Quarten	47
Quinten	61
Umkehrer	65
Kurz-Lang-Lang	70
Aufsteiger	73
Einzwicker	77
Umkehrquarten	80
Pendler	83
Das Nutzen von Doppelchancen.	88
Das Schwein	93
Die Spezialeffekte	96
Verstärkter Schock auf B 2	96
Die Bandenattacke	99
Der Bandenzieher	101
Kurveneffekte durch den Schock auf B 2	103
Steilstoßeffekte	105
Der Eckendral	109
Kennenlernen der Stoßarten	110
Der Standardstoß	110
Der "attackierte" Stoß	111
Der "lange" Stoß	112
Der Druckstoß	113
Der Wirkungsstoß	119
Die Stoßbildgruppen II	129
Quarten II	130
Quinten II	144
Umkehrer II	149
Fotos von Spezialkamas	159
Kurz-Lang-Lang II	175
Aufsteiger II	178
Einzwicker II	179

Umkehrquarten II	183
Pendler II	186
Vorbandlösungen	193
Präzises Treffen von B 2	196
Fortsetzungsspiel	202
Die Lösungswahl	202
Das Platzieren von B2	204
Die Tempoverteilung von B 1 und B 2	207
Übungsstellungen	209
Taktik	220
Trainingsprogramm: Fortsetzungsspiel bei verkehrten Quarten	227
Trainingsprogramm: Tuschvermeiden bei verkehrten Quarten	237
Trainingsprogramm: Quinten	246
Basisprogramm	246
Quinten mit bandennahem B 2	252
Systeme	256
Das Contisystem	256
Das japanische System	266
Problemanalysen	269
Speziallösungen der Profis	291
Anpassen an andere Tische in der Einspielzeit	312
Trainingsmethoden	315
Das innere Spiel	318
Leistung	319
Körperliche Fitness	321
Die "Werkzeuge"	323
Werkzeug Nr. 1: Selbstbeobachtung	323
Werkzeug Nr. 2: Herstellen des richtigen Erregungsniveaus	325
Werkzeug Nr. 3: Visualisieren	328
Werkzeug Nr. 4: Affirmationen	331
Werkzeug Nr. 5: Motivation	332
Werkzeug Nr. 6: Zielsetzung	335
Werkzeug Nr. 7: Konzentration	338
Die 6 Gesetze für den inneren Athleten	348
Glossar	352
Leere Grafiken	354
Der Autor	356
Bibliographie	357

VORWORT

Billard ist eine der meist ausgeübten Sportarten der Welt. Die Magie von Queue und Kugeln hat ihren Ursprung in Frankreich, zur Zeit König Ludwigs XI (1423-1483). In seinem Besitz befand sich der erste bekannte Billardtisch. Seit dieser Zeit hat sich das Spiel in allen Kontinenten auf unterschiedliche Weise entwickelt. In Russland spielt man "Pyramid", in Australien, England und Kanada steht Snooker im Vordergrund. In den USA wird hauptsächlich Pool, aber auch Karambol gespielt. In Europa findet man alle Billarddisziplinen in unterschiedlicher Ausprägung. Dieses Buch handelt von der so genannten "Königsdisziplin" des Karambols, dem Dreiband.

Es ist nun bald zwanzig Jahre her, seit ich diesem Sport verfallen bin und es gibt immer noch genug Geheimnisse zu lüften. Der interessanteste Aspekt und gleichzeitig die größte Herausforderung unseres Sportes aber ist die ständige Suche nach der perfekten Harmonie von Körper und Geist, die Integration von Denken und Fühlen. Dazu muss man sich mit seinen "inneren Dämonen", die uns als destruktive Gedankenmuster begegnen, dauerhaft aussöhnen. Ist dieser Einklang einmal hergestellt, ist Billard eine Art Meditation, bei der die grenzenlosen Möglichkeiten aufgezeigt werden, die im Körper eines Menschen stecken.

Dieses Buch soll einerseits dem Anfänger einen sinnvollen Einstieg in die schwierigste aller Billarddisziplinen ermöglichen und andererseits dem fortgeschrittenen Spieler die Gelegenheit bieten, Wissenslücken zu füllen oder alte Fehler zu korrigieren. Da gerade im Billard die mentale Stärke von zentraler Bedeutung ist, habe ich auch dieses Thema ausführlich behandelt, was vor allem für die Spieler interessant sein kann, für die Billard mehr ist als ein Hobby.

Dem Anfänger möchte ich ans Herz legen, bei seinen ersten Schritten langsam vorzugehen und die Übungen im Kapitel Grundlagen ausführlich und sorgfältig zu machen. Das Hauptaugenmerk sollte dabei auf eine perfekte Körperhaltung und eine saubere Stoßtechnik gerichtet sein und nicht darauf, wie viele Punkte er dabei erzielt. "Aller Anfang ist schwer" ist für Dreiband-Billard eher noch untertrieben. Ich muss das deutlich machen, um zu vermeiden, dass sich Neueinsteiger frustriert einem anderen Sport zuwenden noch bevor sie den Punkt erreichen, wo Billard erst wirklich spannend wird.

An dieser Stelle möchte ich den Leuten danken, die mir über diese erste Hürde geholfen haben und manchen Wutausbruch über missglückte Stöße ertragen mussten. Vielen Dank an Markus Vogt und seine reizende Frau Betty und auch an Mario Scalva. Die entscheidenden Fortschritte verdanke ich dem französischen Spitzenspieler Robert Weingart. Leider ist er viel zu früh gestorben. Seine Genialität am grünen Tuch war unbeschreiblich. Ein weiterer Weltklassespieler, von dem ich viel gelernt habe, war der ebenfalls bereits verstorbene Christoph Pilss. Seine Leidenschaft und sein Forschungsdrang im Billard, aber auch sein einzigartiger Humor bleiben mir unvergesslich.

Ein großes Dankeschön möchte ich auch an all diejenigen Freunde richten, die mir in irgendeiner Form bei der Entstehung dieses Buches geholfen haben, insbesondere Robert Leitner, der mir in allen technischen und grafischen Fragen zur Seite stand und durch den die einzigartigen Videosequenzen mit Spezialkameras möglich wurden, von denen einige Fotos in diesem Buch zu finden sind. Die daraus entstandene DVD ist ein echter Leckerbissen für alle Billardfreaks.

Vielen Dank auch an Jerker Anstrin und Fritz Wenger für ihre Unterstützung in den verschiedenen Bereichen und an Heinrich Weingartner dafür, dass er mir aus seinem großartigen Billardmuseum Zeichnungen und Fotos zur Verfügung gestellt hat.

Sollten beim Lesen dieses Buches unbekannte Begriffe auftauchen, können diese im Glossar am Ende des Buches nachgeschlagen werden.



DAS SPIELMATERIAL

DER BILLARDTISCH

EIGENSCHAFTEN:

Ein Billardtisch besteht in der Regel aus einer Holzkonstruktion, auf welcher eine 2- oder 3-teilige Schieferplatte befestigt wird, an die wiederum zwei lange und zwei kurze Banden angeschraubt werden. An die Banden selbst wird ein spezieller Bandengummi angeklebt, der den Rückstoß der Billardkugel erst ermöglicht. Die Schieferplatte und der Bandengummi werden mit einem Streich- oder Kammgartuch überzogen. Was die Ausmaße eines Billardtisches betrifft, gilt die Vorschrift, dass die Länge zur Breite in einem Verhältnis von 2 : 1 stehen muss, wobei eine Abweichung von 5mm toleriert wird. Die nachfolgende Tabelle zeigt eine Übersicht über die verschiedenen Tischgrößen. Die Zahlen beziehen sich auf die Spielfläche. Länge und Breite werden von Bandenkante zu Bandenkante gemessen, die Höhe wird vom Boden zur Schieferplattenoberseite gemessen. Die Außenmaße des Tisches betragen in der Regel 26cm mehr in der Länge, bzw. Breite.

	LÄNGE	BREITE	HÖHE	HÖHE DER SCHIEFERPLATTE
MATCH BILLARD	284cm	142cm	75-80cm	45-60mm
HALBMATCH BILLARD	230-260cm	115-130cm	75-80cm	20-60mm
KLEINES TURNIERBILLARD	210cm	105cm	75-80cm	20-60mm
WIENER KAFFEEHAUSTISCH	190cm	95cm	75-80cm	20-60mm

Billardtische, die für Turnierzwecke verwendet werden, haben außerdem eine Heizung eingebaut. Sie soll den Einfluss von Luftfeuchtigkeit und Temperaturunterschieden verhindern. Mittels elektrischer Heizspiralen wird die Schieferplatte auf einer konstanten Temperatur von idealerweise 28°-30° (am Tuch gemessen) gehalten.

Beim Halbmatch-, Match- und beim kleinen Turnierbillard befinden sich auf den Holzbanden sogenannte Diamanten. Diese kleinen Elfenbein- oder Perlmutterplättchen teilen die langen Banden in acht, und die kurzen Banden in vier gleich lange Teile. Sie dienen dem Spieler als Anhaltspunkt beim Bandenspiel und sind eine notwendige Grundlage für verschiedene Berechnungssysteme.

PFLEGE:

Zunächst sollte schon beim Aufstellen eines Billardtisches darauf geachtet werden, dass der entsprechende Raum nicht großen Temperaturschwankungen unterliegt, da sich sonst die Holzteile des Tisches bis zu einem gewissen Grad verziehen könnten. Aus diesem Grund sollte auch die Tischheizung nicht täglich ein- und ausgeschaltet, sondern die Temperatur allenfalls etwas reduziert werden. Erhöhte Feuchtigkeit, wie sie oft in Kellerräumen zu finden ist, wirkt sich vor allem für das Billardtuch ungünstig aus. Über Nacht sollte der Tisch mit den dafür vorgesehenen Planen abgedeckt werden. Ideale Pflege beinhaltet außerdem tägliches Saugen mit Staubsaugerdüsen, die das Tuch nicht verletzen.



Die Banden können mit einem leicht feuchten Stück altem Bandentuch abgerieben werden. Chemische Produkte wie Silikon oder Spiritus sind nur bei ganz alten, speckigen Tüchern zu verwenden, wobei man auf jeden Fall einen Fachmann zu Rate ziehen sollte.

DIE BILLARDKUGELN

EIGENSCHAFTEN:

Karambolbillard wird mit drei Kugeln gespielt, die auch Bälle genannt werden, in den Farben Weiß, Gelb und Rot. Bei der neuesten Generation von Bällen wurden die weiße und gelbe Kugel mit kleinen roten Punkten versehen, durch die die Effekte des Spielballs für den Zuschauer besser sichtbar sind. Die Bälle bestehen heutzutage aus widerstandsfähigem Kunstharz, so dass auch extrem starke Stöße, die am Berührungspunkt Ball/Tuch kurzzeitig Temperaturen von bis zu 250° (laut Hersteller) produzieren, keine Spuren hinterlassen. Früher wurde mit Elfenbeinbällen gespielt, die immer wieder nachgerundet werden mussten, da Elfenbein ein "lebendiges" Material ist und die Kugeln nach einiger Zeit unrund wurden. Seit dem Verbot von Elfenbeinhandel wird allerdings nur noch in einigen Kunststoßturnieren damit gespielt. Für die heutigen Kunstharzbälle gelten folgende Vorschriften: Durchmesser: 61,5 mm, Gewicht: 205-220g.

PFLEGE:

Für Bälle sollten nur die dafür vorgesehenen Ballputzmittel verwendet werden. Wasser, Spülmittel und Silikon oder andere chemische Produkte sind zu vermeiden. Zum Polieren eignen sich besonders Mikrofaser-tücher. Durch andere Tücher werden die Bälle statisch aufgeladen, so dass die Kreide des Queueleders auf ihnen haften bleibt.

Waren die Bälle an einem sehr kalten Ort gelagert, sollte man sie unbedingt einige Stunden vor Spielbeginn auf die beheizte Billardtischfläche legen. Kalte Bälle reagieren schlechter und haben beim Aufeinandertreffen einen helleren Klang.





DAS QUEUE

EIGENSCHAFTEN:

Ein Queue besteht in der Regel aus einem Ober- und einem Unterteil, einer Ferule und dem Queueleder. Die meisten Spieler ziehen sich auf das Unterteil einen Griffgummi auf, der einen besseren Halt in der Stoßhand garantiert. Ober- und Unterteil bestehen meistens aus Holz und haben eine Schraubverbindung, die ebenfalls aus Holz oder aber aus Metall ist. Die Form der Schraubverbindung ist entweder ein einfaches oder ein doppeltes Gewinde, ein so genanntes "Double Joint". Es wurden auch schon Queues aus Kevlar oder aus Karbon hergestellt. Die folgende Tabelle zeigt eine Übersicht über die gängigen Maße bei Queues.

	GEWICHT	LÄNGE	DURCHMESSER DER QUEUESPITZE
FREIE PARTIE, CADRE, EINBAND	440-500g	135-142cm	10,5-11,5mm
DREIBAND	500-540g	140-145cm	11,5-12,5mm

PFLEGE:

Auch das Queue darf nicht großen Temperaturschwankungen ausgesetzt sein. So sollte man gerade im Winter vermeiden, das Queue über Nacht im Auto zu lassen, damit es am nächsten Morgen nicht einem japanischen Krummsäbel gleicht. Um ein gutes Durchgleiten des Oberteils durch die Bockhand zu ermöglichen, kann ein sehr feines Schleifpapier verwendet werden. Spieler mit besonders stark schwitzenden Händen können sich im Fachhandel einen Billardhandschuh besorgen, wobei Billigprodukte zu meiden sind.

DAS QUEUELEDER

EIGENSCHAFTEN:

Das Queueleder ist zwar der kleinste Teil des Queues, aber als Kontaktstelle zwischen Queue und Kugeln die entscheidende Komponente. Ist das Leder zu hart, haftet die Kreide schlechter, was die "Kicksgefahr" erhöht. Ist es zu weich, gibt das Leder im Stoß nach und schluckt damit einen Teil der Stoßenergie. Beim Kauf oder Ersetzen eines Queueleders sollte man sich unbedingt von einem Fachmann beraten lassen und nur allerbeste Qualität kaufen.

PFLEGE:

Ein neues Leder benötigt einige Zeit bis es eingespielt ist. In dieser Zeit "bewegt" es sich noch. Es wird durch die Stöße zusammengedrückt und nach außen gepresst, so dass es leicht über die Ferule hinausragt und pilzförmig wird. Sobald das der Fall ist, sollte es mit einem sehr scharfen Stanleymesser vorsichtig nachgeschnitten werden oder mit einem feinen Schleifpapier gerade geschliffen werden. Das Queueleder darf nicht zu flach und nicht zu rund sein, um einen optimalen Halt auf der Kugel zu garantieren. Das Nachrunden kann mit einem etwas gröberen Schleifpapier oder den dafür vorgesehenen "Aufrauhölzern" erledigt werden.



richtig



zu rund



zu flach



zu niedrig

steht seitlich
drüber



DIE QUEUEKREIDE

Auch bei der Queuekreide gibt es qualitative Unterschiede. Billige Kreiden haben deutlich schlechtere Haftigenschaften. Um möglichst lange eine Kreide benutzen zu können, muss sie richtig verwendet werden. Wird immer in der Mitte gekreidet, was der Laie in der Regel tut, entsteht mit der Zeit ein Loch. Ist das Loch sehr tief, gelangt auch Kreide an die Ferule und das Holz und von dort an die Bockhand des Spielers. Beim richtigen Kreiden wird das Leder nur an den Ecken der Kreide abgestrichen. Dadurch kann die Kreide lange und sauber verwendet werden.



Neue Kreide



Falsch verwendete Kreide



Richtig verwendete Kreide



DIE KARAMBOLDISZIPLINEN UND IHRE SPIELREGELN

Neben dem Dreiband gibt es im Karambol-Billard die so genannten Serendisziplinen "Freie Partie", "Cadre" und "Einband". Die meisten Dreibandspieler haben sich zunächst intensiv mit diesen Disziplinen auseinandergesetzt und sich so die notwendigen Grundlagen für das Dreiband erarbeitet. Einem erfahrenen Spieler aus den Serendisziplinen fällt die Umstellung auf Dreiband nicht besonders schwer. Für einen Anfänger ist der Direkteinstieg ins Dreiband allerdings eine heikle Angelegenheit, denn bis zu den ersten Erfolgserlebnissen hat er eine lange Durststrecke zurückzulegen. Dabei ist es besonders wichtig, dass ihm eine grundsätzliche Technik vermittelt wird und dass er Schritt für Schritt die verschiedenen Effekte, die Stoßarten und die Dessins kennenlernt.

Im Folgenden möchte ich dem Leser eine kurze Übersicht über alle Karambol-Disziplinen und die wichtigsten Spielregeln vermitteln.

Für alle Disziplinen gilt:

- Gespielt wird mit drei Kugeln in den Farben Weiß, Gelb (früher eine weiße Kugel mit einem Punkt) und Rot, wobei ein Spieler eine gesamte Partie mit der weißen, und der andere Spieler mit der gelben Kugel spielt. Mit der roten Kugel wird niemals gespielt.
- Ziel ist es, mit seinem Spielball die anderen beiden Kugeln zu berühren, wobei die Reihenfolge egal ist. Gelingt dies (entsprechend der Spezialregeln in den einzelnen Disziplinen), ist das eine gültige Karambolage und zählt einen Punkt.
- Der Spieler ist solange an der Reihe, bis er einen Fehler macht, also keine gültige Karambolage erzielt.
- Ungültig ist eine Karambolage, wenn (aus: Handbuch Deutsche Billard-Union e.V.):

(1) Bei der Ausführung des Stoßes ein Ball oder mehrere Bälle aus dem Billard springen.

(2) Ein Spieler spielt, bevor die Bälle zum Stillstand gekommen sind.

(3) Der Spieler zum Spielen von einem anderen Teil des Queues als der Pomeranze Gebrauch macht.

(4) Der Spieler mit Ausnahme des Angriffs seines Balles für die Ausführung des Stoßes, irgendeinen der Bälle mit einem Teil seines Queues, mit der Hand oder mit einem anderen Gegenstand berührt.

(5) Der Spieler einen Ball berührt oder verschiebt, um einen Fremdkörper, der an ihm haftet zu entfernen, anstatt vom Schiedsrichter zu verlangen, dass dieser es tut.

(6) Der Spieler einen Ball durch direkte oder indirekte Berührung verschiebt, ohne dass diese Verschiebung direkte Folgen der Ausführung des Stoßes gewesen ist.

(7) Der Spieler durchstößt. Ein Durchstoß liegt vor:

A) sobald die Pomeranze mehrmals mit dem in Bewegung zu bringenden Ball in Kontakt tritt.

B) sobald die Pomeranze noch mit dem Spielball in Kontakt steht, während dieser bereits den zweiten Ball berührt.

(8) Der Spieler absichtlich mit dem Spielball auf die Bande spielt, mit der er in Kontakt steht (bzw. an der Bande press liegt), ohne diesen vorher durch einen Kopfstoß aus dieser Stellung befreit zu haben.

(9) Im Moment des Stoßes der Spieler nicht mindestens einen Fuß den Boden berührt.

(10) Der Spieler auf der Spielfläche, an der Bande oder an der Umfassung sichtbare Markierungspunkte anbringt.

(11) Bei der Aufnahme oder im Serienverlauf der Schiedsrichter feststellt, dass der Spieler nicht mit seinem Ball spielt.

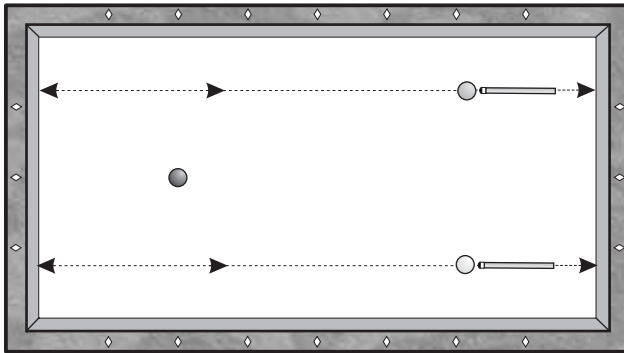
(12) Der Spieler die speziellen Regeln der jeweiligen Disziplin nicht respektiert.

- Gespielt wird auf eine bestimmte Anzahl von zu erzielenden Karambolagen. Diese Spieldistanz ist abhängig von der jeweiligen Disziplin und dem Leistungsniveau der Spieler.



- Mittels Bandenentscheid wird ausgespielt, welcher Spieler die Partie beginnt. Dafür werden die Bälle wie folgt aufgestellt.

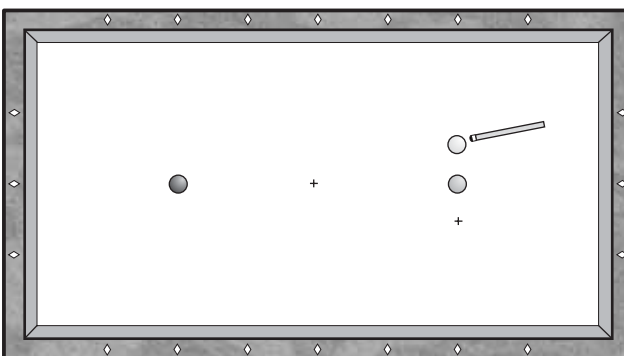
Abb. 1



Beide Spieler spielen gleichzeitig ihren Spielball Richtung gegenüberliegende kurze Bande, so dass er von dort wieder zurückläuft und sich der unteren kurzen Bande nähert. Derjenige Spieler, dessen Ball am nächsten zur unteren kurzen Bande zum Stehen kommt, hat das Wahlrecht zu entscheiden, ob er anfangen möchte. Sind beide Bälle gleich weit entfernt, wird der Bandenentscheid wiederholt.

- Für die Anfangsstellung werden die Bälle wie folgt auf die eingezeichneten Aufsetzmarken aufgestellt:

Abb. 2



Der rote Ball auf der oberen Aufsetzmarke;
Der Ball des Gegners auf der unteren mittleren Aufsetzmarke;
Der Ball des Spielers, seinem Wunsch entsprechend, auf der Aufsetzmarke links oder rechts vom Ball des Gegners.
Der Anfangsball muss vom roten Ball gespielt werden.
Begonnen wird die Partie mit dem weißen Ball (diese Regel ändert sich alle paar Jahre).

DIE SPEZIELLEN REGELN IN DEN EINZELNEN DISZIPLINEN

FREIE PARTIE:

Für eine gültige Karambolage muss der Spielball die anderen beiden Bälle berühren ohne sonstige Erschwernisse. Er kann dabei auch eine oder mehrere Banden berühren. Die Topspieler in dieser Disziplin sind in der Lage eine Partie auf 400 Punkte ohne einen einzigen Fehler durchzuspielen. Dazu versuchen sie, die drei Bälle immer auf engstem Raum zu behalten oder durch Versammlungsstöße wieder zu vereinigen.

CADRE:

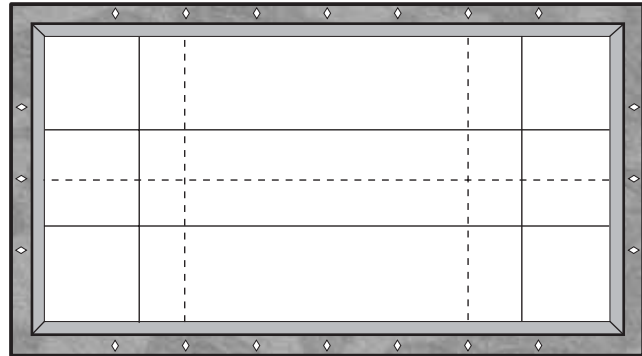
Im Cadre wird das Billard durch Kreidestriche in Felder eingeteilt. Innerhalb dieser Felder darf nur eine gewisse Anzahl Karambolagen gemacht werden. Die Bezeichnung der Cadre-Disziplin gibt auch Aufschluss über die Vorschriften. So bedeutet die Bezeichnung Cadre 47/2, dass die Linien 47 cm von der Bande entfernt sind, wodurch neun Felder (Abb.3) entstehen. Die Zahl 2 bedeutet, dass in jedem Feld nur 2 Punkte erzielt werden dürfen. Danach muss eine der beiden Zielkugeln das Feld verlassen, darf aber im gleichen Stoß wieder in dieses Feld zurücklaufen. Auf dem Matchbillard werden außerdem die Disziplinen 47/1 und 71/2 ausgetragen. Auf dem Kleinbrett heißen die Disziplinen auf Grund der kleineren Felder 35/2, und 52/2. Trotz der Erschwernisse durch diese Vorschriften sind auch in dieser Disziplin die weltbesten Spieler in der Lage, 400 Punkte ohne Fehler durchzuspielen.



Die Cadrefelder:

Die durchgezogenen Linien teilen das Billard in neun Felder und gelten für die Disziplinen 47/2 und 47/1 auf dem Matchbillard, bzw. 35/2 auf dem Kleinbrett. Die gestrichelten Linien teilen den Tisch in sechs Felder und gelten für die Disziplin 71/2, bzw. 52/2 auf dem Kleinbrett.

Abb. 3



EINBAND:

In dieser Disziplin muss der Spielball, bevor er den letzten der anderen beiden Bälle trifft, mindestens eine Bande getroffen haben. Auch hier wurden schon Serien von 100 oder noch mehr gespielt. Die Topathleten machen im Durchschnitt 10 oder mehr Punkte pro Aufnahme.

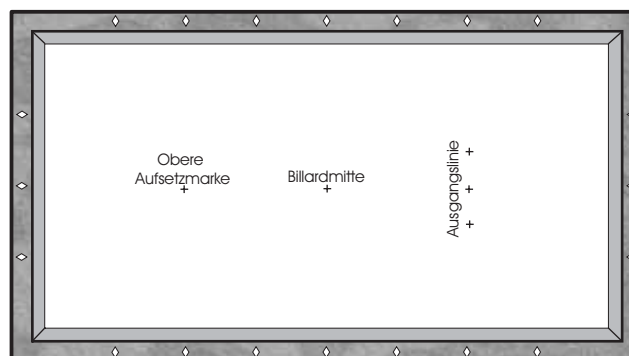
DREIBAND:

Im Dreiband muss der Spielball mindestens drei Banden berührt haben, bevor er den letzten der anderen beiden Bälle trifft. Das ergibt folgende Möglichkeiten:

- Spielball trifft Ball 2, berührt anschließend drei Banden und trifft dann B 3.
- Spielball trifft eine Bande, danach B 2, und läuft über zwei weitere Banden auf Ball 3.
- Spielball trifft zwei Banden, dann Ball 2, trifft noch eine Bande und schließlich Ball 3.
- Spielball läuft über drei Banden und trifft Ball 2 und Ball 3.

Weitere wichtige Spielregeln in der Disziplin Dreiband:

- Steht der Spielball mit einem der beiden Bälle oder mit beiden Bällen in Kontakt, hat der Spieler folgende Möglichkeiten (aus: Handbuch Deutsche Billard-Union e.V.):
 - (1) Den nicht fest stehenden Ball anzuspielen oder über Vorbande zu spielen;
 - (2) Mit einem Kopfstoß vom fest stehenden Ball weg zu spielen, ohne dass dieser sich dabei bewegt;
 - (3) Die Bälle vom Schiedsrichter auf die Aufsetzmarken legen lassen nach folgenden Regeln:
 - der rote Ball auf die oberste Aufsetzmarke;
 - der Ball des Spielers, der spielen muss auf der zentralen Aufsetzmarke der Ausgangslinie;
 - der gegnerische Ball auf der Aufsetzmarke in der Mitte des Billards.



- Steht der Spielball mit einer Bande in Kontakt, darf der Spieler nicht direkt über diese Bande spielen.



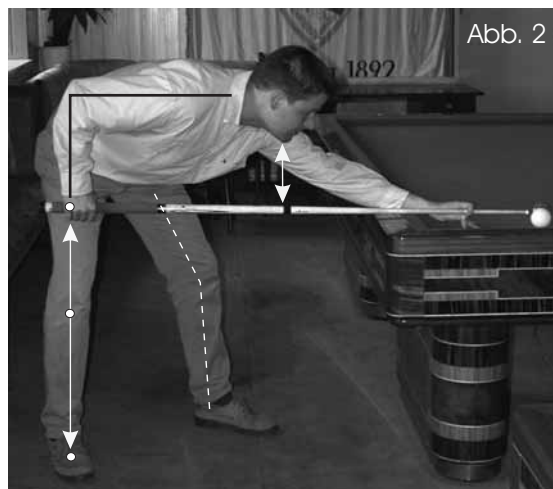
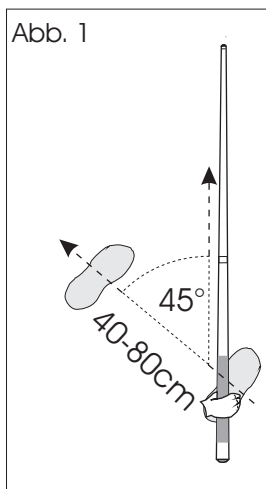
- Eine Dreibandpartie kann auf eine ausgemachte Spieldistanz, z.B. 30 Punkte oder als Satzpartie gespielt werden, wobei meistens auf 2 oder 3 Gewinnsätze auf 15 Punkte gespielt wird. In einer Partie auf Distanz wird im Normalfall mit Nachstoß gespielt. D.h.: Spieler A beginnt die Partie und erreicht als erster die ausgemachte Spieldistanz. Spieler B hat nun das Recht auf Aufnahmengleichheit. Er darf seine letzte Aufnahme aus der Anfangsstellung spielen und hat so die Möglichkeit auf ein Unentschieden. In einer Satzpartie gibt es üblicherweise keinen Nachstoß, es sei denn, der beginnende Spieler macht alle Punkte in der ersten Aufnahme.

Neben den bereits erwähnten Karambol-Spielarten gibt es außerdem die Disziplin Billard-Artistik. Dabei werden auf der Spielfläche Markierungspunkte für 100 Figuren eingezeichnet, die der Spieler nach bestimmten Vorschriften lösen muss. Dazu stehen ihm maximal drei Versuche zur Verfügung. Auch hier kann im Satzmodus oder auf Distanz gespielt werden. Diese Disziplin ist für den Zuschauer besonders attraktiv, da dem Spielball extreme Effekte mitgegeben werden.

DIE RICHTIGE KÖRPERHALTUNG

Beim Beobachten der Spitzenspieler fällt vor allem die Leichtigkeit im Bewegungsablauf auf. Scheinbar ohne großen Kraftaufwand laufen die Bälle mit zum Teil extremen Effekten über mehrere Banden millimetergenau an ihren Bestimmungsort. Grundvoraussetzung dafür ist aber neben dem Wissen über die richtige Lösung vor allem eine perfekte Stoßtechnik, die wiederum nur aus der richtigen Körperhaltung entstehen kann. Diese ist dann gegeben, wenn das Körpergewicht gleichmäßig auf die drei Auflagepunkte (die beiden Beine und die Bockhand) verteilt ist, so dass ein harmonisches Körpergefühl entsteht und kein überflüssiger Muskel angespannt ist. Folgende Voraussetzungen sind dazu notwendig:

- Die Füße stehen ca. 40-80cm (je nach Körpergröße) auseinander (Abb.1).
- Das Queue und die Verbindungslinie der beiden Beine bilden einen 45° Winkel (Abb.1).
- Beide Beine sind gleichmäßig leicht gebeugt (Abb.2).
- Die Stoßhand, das rechte Knie und der rechte Fuß bilden in etwa eine Linie (Abb. 2).
- Ober- und Unterarm der Stoßhand bilden vor dem Einschwingen einen rechten Winkel (Abb. 2).
- Der Kopf ist mindestens 10cm über dem Queue (Abb. 2).
- Der Kopf ist senkrecht und die Augen waagrecht über dem Queue (Abb. 3).



Unter den Spitzenspielern gibt es große individuelle Unterschiede in der Körperhaltung. Das liegt entweder am unterschiedlichen Körperbau oder an den regional verschiedenen Billardtraditionen. So steht z.B. ein Koreaner tendenziell anders am Tisch als ein Südamerikaner. Die oben erwähnten Normen entsprechen jedoch der klassischen europäischen Billardtradition und haben sich auch auf anderen Kontinenten durchgesetzt.



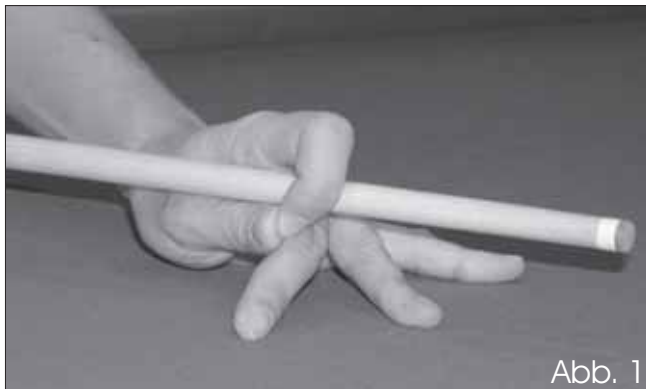
BOCKHAND UND STOSSARM

DIE BOCKHAND:

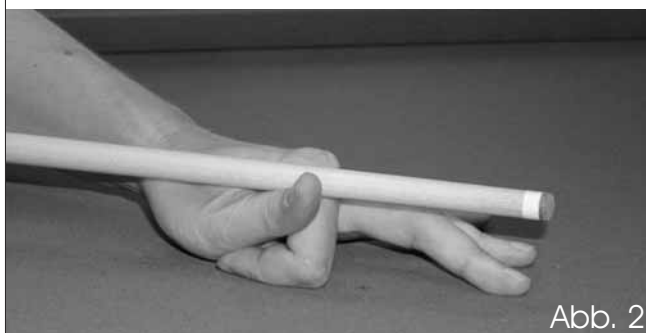
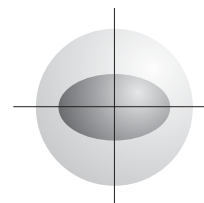
Die Bockhand (in den meisten Fällen die linke Hand) ist verantwortlich für die vordere Führung des Queues. Sie muss in ihrer Form und ihrem Abstand von der Queuespitze dem jeweiligen Stoß angepasst werden, um ein Höchstmaß an Stabilität zu erreichen. Für diesen Abstand von der Queuespitze zum Zeigefinger der Bockhand, die sogenannte Schnabellänge, gilt grundsätzlich:

- Für einen sehr schwachen Stoß: ganz kurzer Schnabel, ca. 4cm - 12cm (vorwiegend in den Serendisziplinen).
- Für einen schwachen oder kurzen, attackierten Stoß: kurzer Schnabel, ca. 12cm-16cm.
- Für einen Standardstoß ca. 16cm - 20cm.
- Für einen starken oder nachfolgenden, begleitenden Stoß: langer Schnabel, ca. 20cm-24cm.

Die Form der Bockhand wird von der Höhe des Treffpunktes am Spielball bestimmt. Bei der häufigsten Bockform (Abb. 1) wird der Zeigefinger ringförmig um das Oberteil gelegt. Der Daumen legt sich waagrecht als Stütze dazu. Zeigefinger und Daumen ruhen auf dem ersten Glied des Mittelfingers. Die übrigen zwei Finger liegen gespreizt auf dem Tisch und vergrößern damit die Auflagefläche. Das eingeschlossene Queue darf während Einschwingen und Stoß keinen Spielraum haben, darf aber auch nicht so fest umfasst werden, dass das Gleiten des Queues behindert wird. Bei sehr schwachen Stößen kann auch mit offenem Bock gespielt werden (Abb. 2). Dabei ist darauf zu achten, dass mit Daumen und Zeigefinger ein stabiler Führungskanal gebildet wird. Neben diesen Standardbocktypen der Bockhand gibt es noch einige andere Bockhandformen für spezielle Stöße oder für einen bandennahen Spielball (Abb. 3-9).



Der geschlossene Standardbock bietet sich für alle Stöße an, bei denen der Spielball im Mittelbereich getroffen wird.



Der offene Standardbock sollte nur bei sehr schwachen Stößen im Mittelbereich angewendet werden.

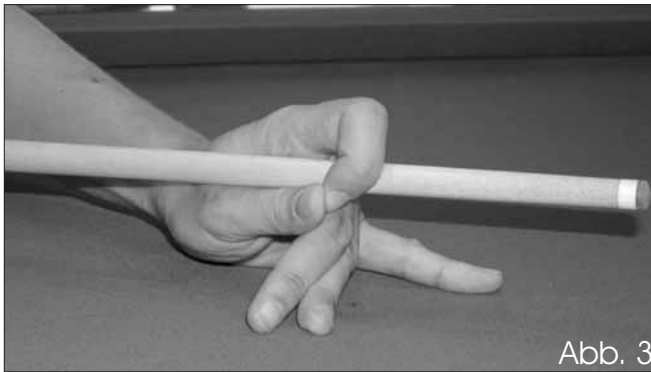


Abb. 3

Für einen Stoß, bei dem der Spielball im oberen Drittel angestoßen wird, benutzt man einen Standardbock, bei dem Mittel- und Ringfinger etwas mehr aufgestellt werden.

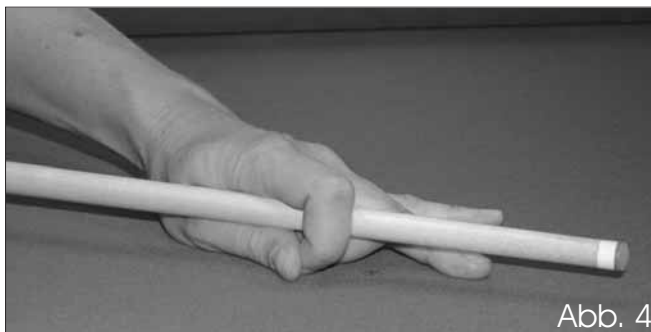
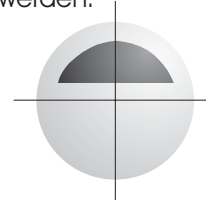


Abb. 4

Für Stöße, bei denen der Spielball im unteren Drittel getroffen wird, liegt das Queue ebenfalls auf dem Daumen auf und wird seitlich vom angewinkelten Zeige- und Mittelfinger stabilisiert. Die zwei übrigen Finger können ausgestreckt oder eingezogen werden.

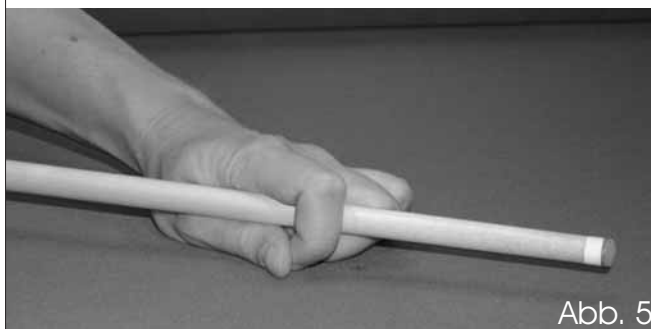


Abb. 5

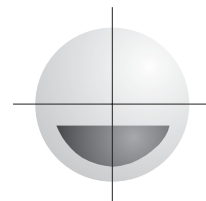


Abb. 6

Liegt der Spielball in der Nähe der Bande, legt man das Queue auf der Bande auf und fixiert es seitlich mit Zeige- und Mittelfinger. Mit der entsprechenden Queueneigung kann jeder Punkt am Spielball getroffen werden.

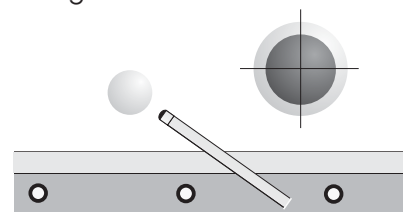




Abb. 7

Liegt der Spielball an der Bande und der Stoß soll stark und senkrecht von der Bande gestoßen werden, erreicht man mit diesen Bockformen genügend Schnabellänge.

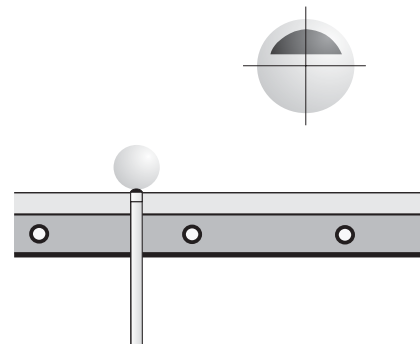


Abb. 8

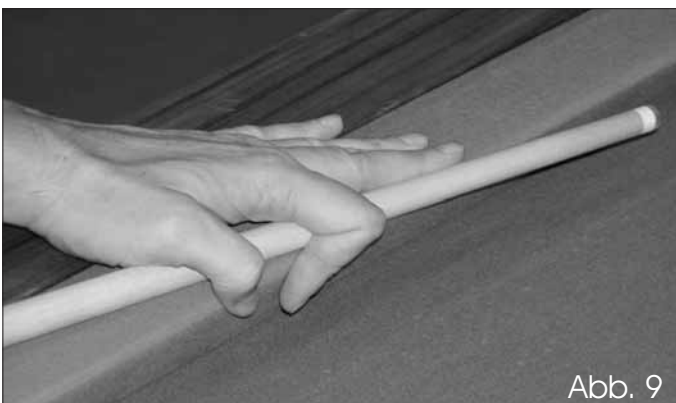
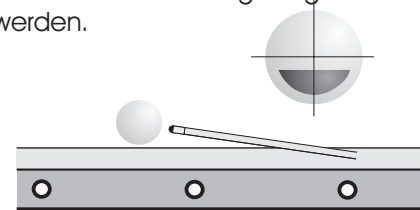


Abb. 9

Liegt der Spielball an der Bande und der Stoß soll mit Tiefstoß schräg von der Bande weg gestoßen werden, kann das Queue auf diese Weise mit Daumen und Zeigefinger fixiert werden.

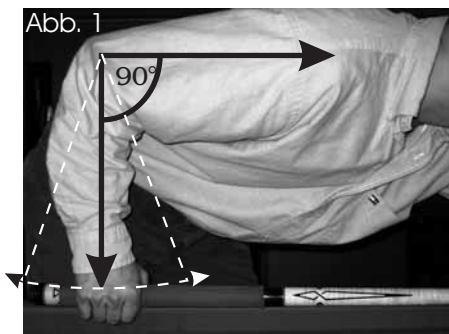




DER STOßARM:

Der einzige ausführende Körperteil ist der Stoßarm. Damit er gut arbeiten kann, ist es nötig, dass im restlichen Körper keine unnötigen Spannungen vorhanden sind. Die wichtigsten Grundsätze für den Stoßarm sind:

- Ober- und Unterarm bilden vor dem Einschwingen einen 90° Winkel (Abb. 1).
- Der Oberarm bleibt auch während des Stoßvorganges horizontal.
- Das Queue liegt locker in allen Fingern der Stoßhand (nicht zudrücken!), wobei der Mittelfinger die Hauptlast trägt.
- Auch während des Stoßes bleiben Finger und Handgelenk möglichst locker.
- Der Unterarm hängt senkrecht zur Spielfläche und die Stoßhand ist weder nach innen noch nach außen gekrümmt (Abb. 6-8).



In der Ruhestellung bilden Ober- und Unterarm einen 90° Winkel. Bei der Einschwingbewegung pendelt der Unterarm vor und zurück, wobei der Oberarm immer in der Horizontalen bleibt. Bei einer stärkeren Stoßbewegung senkt er sich jedoch minimal. Würde er das nicht tun, wäre der Stoß nicht gerade, sondern würde nach unten gehen, da sich die Stoßhand tendenziell nach oben bewegt.



Das Queue liegt hauptsächlich auf dem Mittelfinger, hat aber auch mit den anderen Fingern Kontakt. Hand und Handrücken sind entspannt und bleiben es auch während des Stoßes.



Der Griff ist zu fest. Der Stoß wird hart und unkontrolliert. Stöße mit sehr viel Wirkung sind auf diese Weise gänzlich unmöglich.



Das Queue wird nur mit zwei Fingern gehalten, deren Muskeln und Sehnen dadurch recht angespannt sind. Die Haltung bietet außerdem keine Stabilität.



Das Queue wird zwar mit allen Fingern gehalten, doch verspannt sich dabei die Innenfläche der Hand. Vor allem bei starken Stoßen fehlt die Stabilität.



DAS RICHTIGE EINSCHWINGEN

Auch beim letzten Schritt in der Stoßvorbereitung, dem Einschwingen, gilt es einige Dinge zu beachten. Zunächst gibt es grundsätzlich drei verschiedene Bewegungsformen des Einschwingens:

1. DURCHGEHENDES SCHWINGEN: Das Queue wird ohne Unterbrechungen harmonisch hin- und herbewegt. Diese Bewegung dient zum Schwung holen, vor allem bei Wirkungsstößen mit starken Effekten.

2. UNTERBROCHENES SCHWINGEN: Das Queue wird am vordersten Punkt der Bewegung gestoppt und nach kurzem Innehalten ($\frac{1}{2}$ Sek.) wieder zurückbewegt. Dieser Vorgang wird einige Male wiederholt. Diese Bewegung eignet sich vor allem für Stöße, die z.B. wegen der großen Anspielfdistanz eine hohe Treffgenauigkeit erfordern.

3. DURCHGEHENDES SCHWINGEN MIT EINER UNTERBRECHUNG: Gleiche Bewegung wie bei 1., jedoch wird das Queue beim letzten Einschwingen am vordersten Punkt kurz gestoppt.

Für alle Formen des Einschwingens gelten folgende Richtlinien:

- Bei der Vorwärtsbewegung wird die Queuespitze ganz nahe an den auf dem Spielball zu treffenden Punkt herangeführt (Abb. 1).
- Bei der Rückwärtsbewegung wird die Queuespitze bis zur Bockhand zurückbewegt (Abb. 2).
- Die Bewegung soll immer möglichst harmonisch, bzw. "fließend" sein.
- Die Intensität der Bewegung soll dem nachfolgenden Stoß entsprechen.
- Die Anzahl der Einschwingbewegungen kann je nach Spielertyp zwischen 2 und 10 Mal variieren.
- Jeder Spieler soll sich seinen eigenen Rhythmus antrainieren, um die Automatisierung des Stoßvorganges zu fördern.

