



FUCHSÜBUNGEN

FÜR SINGLES UND TEAMS (2-4 SPIELER)

Autor : Ralf Galke (Coach der Dartfüchse Langenberg)

Ziel dieser Übungen ist es, Spaß zu haben, einen konstanten Wurf zu entwickeln und Check-Out Wege zu automatisieren !

BULLSEYE CHALLENGE - **WELCHES TEAM TRIFFT ALS ERSTES 6 x DAS BULLSEYE**

50 OUT

- **ZIEL : LÖSCHE 50 PKT MIT EINER AUFNAHME**
- ERSTER PFEIL MUSS RICHTUNG BULLSEYE GEWORFEN WERDEN
- BULLSEYE GETROFFEN = DIREKT 1 PUNKT NOTIEREN, SONST ...
- LÖSCHE DIE VERBLIEBENEN PUNKTE MIT DEN BEIDEN LETZTEN DARTS ÜBER DOPPEL OUT. GESCHAFFT = 1 PUNKT
- **WELCHES TEAM SCHAFFT ZUERST 6 x 50 OUT**

55 AND MORE

- JEDE AUFNAHME MIT 55 PUNKTEN ODER MEHR ZAHLT
- **WELCHES TEAM SCHAFFT ZUERST 10 DIESER AUFNAHMEN**

20/19/18

- DIE DREI PFEILE IN DIESER REIHENFOLGE WERFEN
- NUR GROSSE FELDER ZÄHLEN
- WIRFT MAN DANEHEN ÜBT MAN BESTÄNDIG WEITER
- ALLE 3 GROSSEN FELDER KORREKT GETROFFEN = 1 PKT
- **WELCHES TEAM SCHAFFT ZUERST 6 PUNKTE**

RTW DOUBLES

- VON 1 - 20 DIE DOPPELFELDER (ALS TEAM) TREFFEN
- BEI TREFFER ZUR NÄCHSTEN ZAHL
- ZUM ABSCHLUSS BULLSEYE TREFFEN
- **WELCHES TEAM IST AM SCHNELLSTEN FERTIG ?**

121

- LÖSCHT 121 PUNKTE MIT MAXIMAL 6 DARTS (9 FÜR ANFÄNGER)
- WENN GESCHAFFT MACHE MIT 122 WEITER
- **WELCHES TEAM SCHAFFT ES ZUERST 130 ZU LÖSCHEN ?**

FINISHING 60

- LÖSCHE 60 PUNKTE MIT 3 PFEILEN
- SCHAFFT DU ES ADDIERE IMMER 10 PUNKTE (MIT 70 WEITER)
- KLAPPT ES NICHT, ZIEHE IMMER EINEN AB (59 WEITER)
- **WIE WEIT KOMMT IHR IN 20 MINUTEN ?**

DOUBLE 25

- DU STARTEST MIT 25 PUNKTEN GUTHABEN
- SPIELE PRO AUFNAHME DIE DOPPELFELDER AN (erst 1, dann 2 ...)
- TRIFFST DU DAS DOPPEL, ADDIERE DEN JEWELIGEN WERT ZU DEN PUNKTEN (DU KANNST DAS DOPPEL AUCH MEHRFACH MIT EINER AUFNAHME TREFFEN!)
- TRIFFST DU 3 x DAS DOPPEL NICHTS, ZIEHE DEN WERT DES DOPPELS EINMAL AB
- **WIE WEIT KOMMST DU BEVOR DU 0 PUNKTE HAST ?**

FUCHSJAGD DE LUXE

- AUSBULLEN WER FUCHS (SIEGER) UND WER JÄGER IST
- FUCHS BEGINNT UND STARTET AUF 20
- JÄGER STARTEN AUF DER 3
- ALLE WERFEN NUN IM UHRZEIGERSINN DIE NÄCHSTEN ZAHLEN
- VARIANTE 1 : NUR GROSSE FELDER ZÄHLEN
- VARIANTE 2 : NUR DIE DOPPELFELDER ZÄHLEN
- **SCHAFFT ES DER FUCHS GANZ HERUM OHNE GEFANGEN ZU WERDEN ?**

5 OUT

- LÖSCHE 5 PUNKTE MIT 3 PFEILEN
- **WELCHES TEAM SCHAFFT ES ZUERST 5 MAL**

75 OUT

- LÖSCHE 75 PUNKTE MIT MAX 3 PFEILEN
- 2 DARTS = 2 PUNKTE // 3 DARTS = 1 PUNKT
- **WELCHES TEAM SCHAFFT ZUERST 10 PUNKTE**

DOUBLE BIG

- WIRF EINE AUFNAHME (3 PFEILE) AUF DIE GROSSE 20
- TRIFFST DU MIT MIND. 2 PFEILEN GEHE ZUR 19
- TRIFFST DU NICHT MIT MIND 2 DARTS = IMMER ZURÜCK ZUR 20
- TRIFFST DU 3 PFEILE INS JEWELIGE FELD = ZAHL GELOGGT, SPRICH, DU KANNST NICHT TIEFER FALLEN, WEITER ZUR NÄCHSTEN ZAHL
- JEDE AUFNAHME NUR AUF EINE ZAHL WERFEN, ES ZÄHLT NUR DAS JEWELIGE GROSSE FELD
- **WIE WEIT KOMMST DU ?**

RTC DOUBLES PRO

- VON 1 - 20 DIE DOPPELFELDER NACHEINANDER TREFFEN
- BEI 2 TREFFERN PRO AUFNAHME ZUR NÄCHSTEN ZAHL
- AM ENDE BULLSEYE ZWEIMAL IN EINER AUFNAHME TREFFEN
- **WIEVIELE LANGE BRAUCHST DU FÜR DIESE ÜBUNG ?**

EVEN DOUBLES

- TRIFF DIE GERADEN DOPPEL VON 20 ABWÄRTS (20,18,16,14,12,10,8,4,2)
- TRIFFST DU DAS AKTUELLE DOPPEL MIT DER AUFNAHME NICHT GEHT ES ZURÜCK ZUR D20
- TRIFFST DU ZWEIMAL DAS JEWELIGE DOPPEL, DANN IST DIESES GELOGGT UND DU KANNST NICHT TIEFER FALLEN
- **WIE WEIT KOMMST DU ?**

FAMOUS DOUBLES

- TRIFF IN DER REIHENFOLGE PRO AUFNAHME
1. DART D20 / 2. DART D10 / 3. DART D5
- MIND 2 DAVON GETROFFEN = 1 PUNKT / - ALLE 3 = 2 PUNKTE
- **WER SCHAFFT ZUERST 10 PUNKTE ?**
- SELBE ÜBUNG MIT D16 / D8 / D4

VERTICAL/HORIZONTAL

- TRIFF IN DER REIHENFOLGE PRO AUFNAHME
- 1. DART 20 / 2. DART BULLSEYE / 3. DART D3
(vertikales Training, fördert geraden Wurf)
- MIND 2 DAVON GETROFFEN = 1 PUNKT / - ALLE 3 = 2 PUNKTE
- **WER SCHAFFT ZUERST 10 PUNKTE ?**
- SELBE ÜBUNG MIT D11 / BULLSEYE / D6
(horizontales Training, Höhe)

