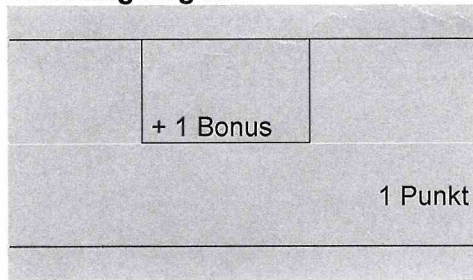


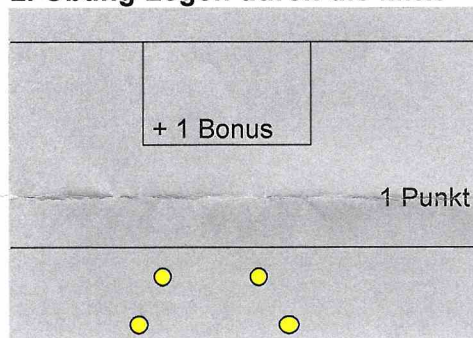
Trainingswerte Legen (je 6 Kugeln von 6, 7, 8, 9, 10 m)

1. Übung Legen



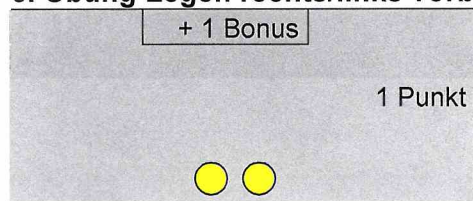
Meter	Max	Werte	Werte	Werte
6	12			
7	12			
8	12			
9	12			
10	12			

2. Übung Legen durch die Mitte



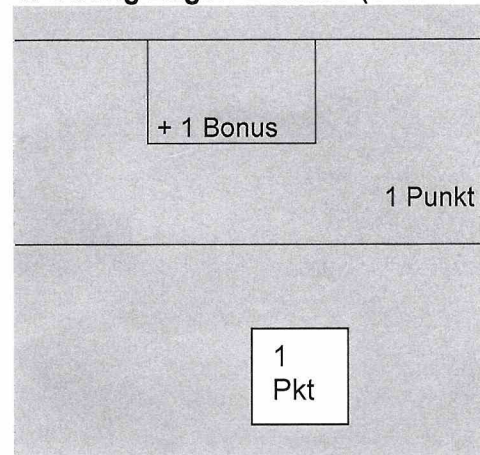
Meter	Max	Werte	Werte	Werte
6	12			
7	12			
8	12			
9	12			
10	12			

3. Übung Legen rechts/links vorbei



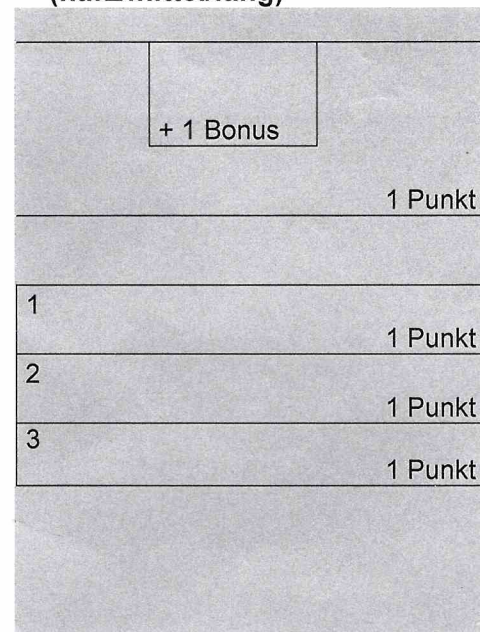
Meter	Max	Werte	Werte	Werte
6	12			
7	12			
8	12			
9	12			
10	12			

4. Übung Legen Donnée (Schwammtuch)



Meter	Max	Werte	Werte	Werte
6	18			
7	18			
8	18			
9	18			
10	18			

5. Übung Legen Donnée (kurz/mittel/lang)



Meter	Max	Werte	Werte	Werte
6	18			
7	18			
8	18			
9	18			
10	18			