# PUTTEN


| | |
|---|---|
| Kompass | 1 |
| Final Putt | 2 |
| «Die» Übung | 3 |
| The Break | 4 |
| Würfel | 5 |
| Olympia Putten | 6 |
| Die Linie | 7 |
| Die Schnur | 8 |
| Never up – Never in | 9 |
| Schwerkraft | 10 |
| 9 Loch Wettkampf | 11 |
| Feeling | 12 |
| Elfmeter | 13 |
| Catch me, if you can | 14 |
| Putting Parallele | 15 |
| Piece of cake | 16 |
| Game Boy | 17 |
| Minigolf | 18 |
| Himmel und Hölle | 19 |
| Flipper | 20 |
| Kegeln | 21 |
| Rollmops | 22 |
| Tic – Tac – Toe | 23 |
| Slalom | 24 |
| Boccia-Putten | 25 |

# PUTTEN

## 1. Kompass

Ausrichtung, Pendel und Weg des Schlägerkopfs, Nichtwiederholbarkeit, Selbstvertrauen.

Vorbereitungszeit

15 14 13 12 11 10 9 8 7 6 5 4 3 2 1

min

# PUTTEN

1. Kompass

## Grundidee

12 oder 16 Tees/Hütchen in Form eines Sterns in verschiedenen Abständen um das Loch stecken (50 cm, 1, 1.5 und 2 m). Die Bälle in vorgegebener Reihenfolge einlochen.

## Variationen

- Zuerst nur die innersten 4 Bälle einlochen (50 cm), dann jene in 1 m Entfernung usw..
- Um die Schwierigkeit zu erhöhen, die 4 Bälle im ersten Kreis nacheinander einlochen, bevor man weiterspielt.
- Als Test: 1 Ball pro Tee spielen. Wer locht die meisten Bälle ein?
- Als Wettkampf zu zweit: Wer gewinnt?
- Mindestens 2 Bälle hintereinander einlochen, bevor man zur nächsten Distanz geht.

## Material

Golfbälle, Tees oder Hütchen.

# PUTTEN

## 2. Final Putt

Ausrichtung, Gefühl und Rhythmus, Green lesen und Visualisierung, Routine, Nichtwiederholbarkeit, Selbstvertrauen.

Vorbereitungszeit

15 14 13 12 11 10 9 8 7 6 5 4 3 2 1

min

# PUTTEN

## 2. Final Putt

### Grundidee

Einen Putt von einem Meter einlochen. Die anderen Spielerinnen und Spieler schauen zu.

### Variationen

- Einen Putt mit etwas Break vorsehen.
- Als Wettkampf: Zu zweit, zu dritt oder zu viert gegeneinander spielen. Wer gewinnt?
- Die anderen Mitspieler dürfen stören.
- Wer schafft die meisten Putts ohne Fehlversuch?

### Material

Jeder mit seinem Ball.

# PUTTEN

## 3. «Die» Übung

Ausrichtung, Distanzgefühl, Pendel und Weg des Schlägerkopfes, Nichtwiederholbarkeit, Selbstvertrauen.

Vorbereitungszeit

15 14 13 12 11 10 9 8 7 6 5 4 3 2 1

min

# PUTTEN

## 3. «Die» Übung

**Grundidee**

Einen geraden Putt wählen. 4 Distanzen (1, 1.5, 2, 2.5 m) mit Tees markieren und die Bälle in vorgegebener Reihenfolge einlochen.

**Variationen**

- Als Test: 10 Bälle pro Tee (40 Bälle).
- Maximum an Bällen einlochen.
- Vom längsten zum kürzesten Putt spielen.
- Als Wettkampf: gegen einen anderen Spieler.
- Als Wettkampf: Mit einem Würfel 6 definierte Positionen bestimmen.

**Material**

Golfbälle, Tees.

# PUTTEN

## 4. The Break

Ausrichtung, Gefühl und Rhythmus, Green lesen und Visualisierung, Pendel und Weg des Schlägerkopfes.

Vorbereitungszeit

15 14 13 12 11 10 9 8 7 6 5 4 3 2 1

min

# PUTTEN

## 4. The Break

### Grundidee

Einen auf- oder abwärts Putt von etwa 8 m wählen. Törchen oder andere Gegenstände auf der Puttlinie platzieren, welche als Zwischenpunkte dienen. Die Leitende sollen erklären, wie wichtig es ist, Zwischenpunkte in der Linienlesung zu fixieren.

### Variationen

- 5 Bälle: 1 Punkt für jeden passierten Zwischenpunkt und 3 Zusatzpunkte für jeden eingelochten Ball.
- Als Wettkampf: zu zweit gegeneinander.

### Material

Törchen, Hütchen, Golfbälle.

# PUTTEN

## 5. Würfel

Distanzgefühl, Gefühl und Rhythmus, Nichtwiederholbarkeit.

Vorbereitungszeit

15 14 13 12 11 10 9 8 7 6 5 4 3 2 1

min

# PUTTEN

**5. Würfel**

## Grundidee

In 4 m Distanz, 6 Zonen von 50 cm bis 1 m Länge aufzeichnen. Links und rechts jeder Zone ein Hütchen platzieren. Mit einem Würfel wird die Zone bestimmt, in welche man puttet. Für jede erfüllte Aufgabe erhalten die Kinder die gewürfelte Zahl als Punkte.

## Variationen

- Wer schafft zuerst 20 Punkte?
- Jeder kann 5 oder 10 Mal würfeln, wer erreicht die meisten Punkte?
- Als Teamwettkampf.

## Material

Tees, Schnur oder Kreide, Würfel, Hütchen, Golfbälle.

# PUTTEN

## 6. Olympia Putten

Ausrichtung, Distanzgefühl, Gefühl und Rhythmus, Green lesen und Visualisierung, Nichtwiederholbarkeit, Selbstvertrauen.

Vorbereitungszeit

15 14 13 12 11 10 9 8 7 6 5 4 3 2 1

min

# PUTTEN

## 6. Olympia Putten

### Grundidee

In unterschiedlichen Distanzen (4 bis 12 m) 5 Kreise mit einem Durchmesser von 1 Meter markieren. Möglichst viele Bälle in die Kreise spielen.

### Variationen

- In jede Zone 3 oder 5 Bälle spielen. Wer schafft die meisten Treffer?
- Mit unterschiedlichen Bällen.
- Mit einer Ausrichtungshilfe: z.B. 2 Schläger/Stäbe hinlegen oder mit Kreide Leitersprossen zeichnen.
- Mit geschlossenen Augen (auch durch den Partner gesteuert).
- Einhändig.
- Eine Distanz bestimmen und möglichst viele Putts nacheinander spielen.
- Als Teamwettkampf.

### Material

Tees, Schnur mit Karabiner, Kreide, Hütchen, Golfbälle.

# PUTTEN

## 7. Die Linie

Ausrichtung, Pendel und Weg des Schlägerkopfes, Routine, Selbstvertrauen.

Vorbereitungszeit

15 14 13 12 11 10 9 8 7 6 5 4 3 2 1

min

# PUTTEN

## 7. Die Linie

### Grundidee

Einen geraden Putt wählen. Mit Kreide eine Linie ziehen und in 1, 1.5, 2 und 2.5 m Entfernung des Lochs eine Markierung anbringen.
Den Körper parallel zur Linie stellen.

### Variationen

- Mit unterschiedlichen Bällen.
- Mit geschlossenen Augen.

### Material

Tees, Kreide, Hütchen, Golfbälle.

# PUTTEN

## 8. Die Schnur

Ausrichtung, Pendel und Weg des Schlägerkopfes, Routine, Selbstvertrauen.

Vorbereitungszeit

15 14 13 12 11 10 9 8 7 6 5 4 3 2 1

min

# PUTTEN

## 8. Die Schnur

### Grundidee

Einen geraden Putt wählen. Eine Schnur auf 20 cm Höhe spannen. In 1, 1.5, 2 und 2.5 m Entfernung des Lochs eine Markierung anbringen. Sich so positionieren, dass die Schnur senkrecht über der Mitte des Putters und des Balles ist.

### Variationen

- Mit unterschiedlichen Bällen.
- Mit geschlossenen Augen.

### Material

Tees, Stäbe, Schnur, Kreide, Golfbälle.

# 9. Never up – Never in

Distanzgefühl, Gefühl und Rhythmus, Routine, Selbstvertrauen.

Vorbereitungszeit

15 14 13 12 11 10 9 8 7 6 5 4 3 2 1

min

## PUTTEN

**9. Never up – Never in**

### Grundidee

Einen langen, geraden Putt wählen (evtl. auf- oder abwärts). In 4, 6, 8 und 10 m Entfernung des Lochs eine Markierung anbringen. Mit Kreide zudem 2 parallele Linien auf Höhe des Loches und 50 cm hinter dem Loch zeichnen.

### Variationen

- Als Test: 2 Bälle pro Tee (8 Bälle) spielen.
- Möglichst viele Bälle einlochen oder in die Zone spielen.
- Pro Tee z.B. 3 Bälle einlochen. Dann darf man zu einer Markierung weiter entfernt gehen.
- Als Teamwettkampf.

### Material

Tees, Kreide, Hütchen, Golfbälle.

# PUTTEN

## 10. Schwerkraft

Ausrichtung, Gefühl und Rhythmus, Green lesen und Visualisierung, Pendel und Weg des Schlägerkopfes, Selbstvertrauen.

Vorbereitungszeit

15 14 13 12 11 10 9 8 7 6 5 4 3 2 1

min

# PUTTEN

## 10. Schwerkraft

### Grundidee

Einen 2 m langen Putt mit einem mittleren Break wählen. Mit Kreide die visualisierte Linie zeichnen. So kann gezeigt werden, dass jeder Putt wie ein gerader Putt gespielt werden muss.

### Variationen

- Unterschiedlich starke Breaks wählen.
- Mit geschlossenen Augen.

### Material

Kreide, Golfbälle.

# PUTTEN

## 11. 9 Loch Wettkampf

Distanzgefühl, Gefühl und Rhythmus, Green lesen und Visualisierung, Routine, Nichtwiederholbarkeit.

Vorbereitungszeit

15 14 13 12 11 10 9 8 7 6 5 4 3 2 1

min

# PUTTEN

**11. 9 Loch Wettkampf**

## Grundidee

Einen 9-Loch-Parcours auf dem Putting Green festlegen. Distanzen von 2 bis 5 m wählen.

## Variationen

- Auch sehr lange Putts wählen.
- Als Teamwettkampf.
- Als Matchplay.
- Zu zweit als Foursome.
- Eine Anzahl Schläge vorgeben. Sieger ist, wer das Score am schnellsten spielt.
- Bei einem Drei-Putt wieder von vorne beginnen.
- Wenn der erste Putt zu kurz ist, dann den Ball eine Schlägerlänge weiter weg platzieren.

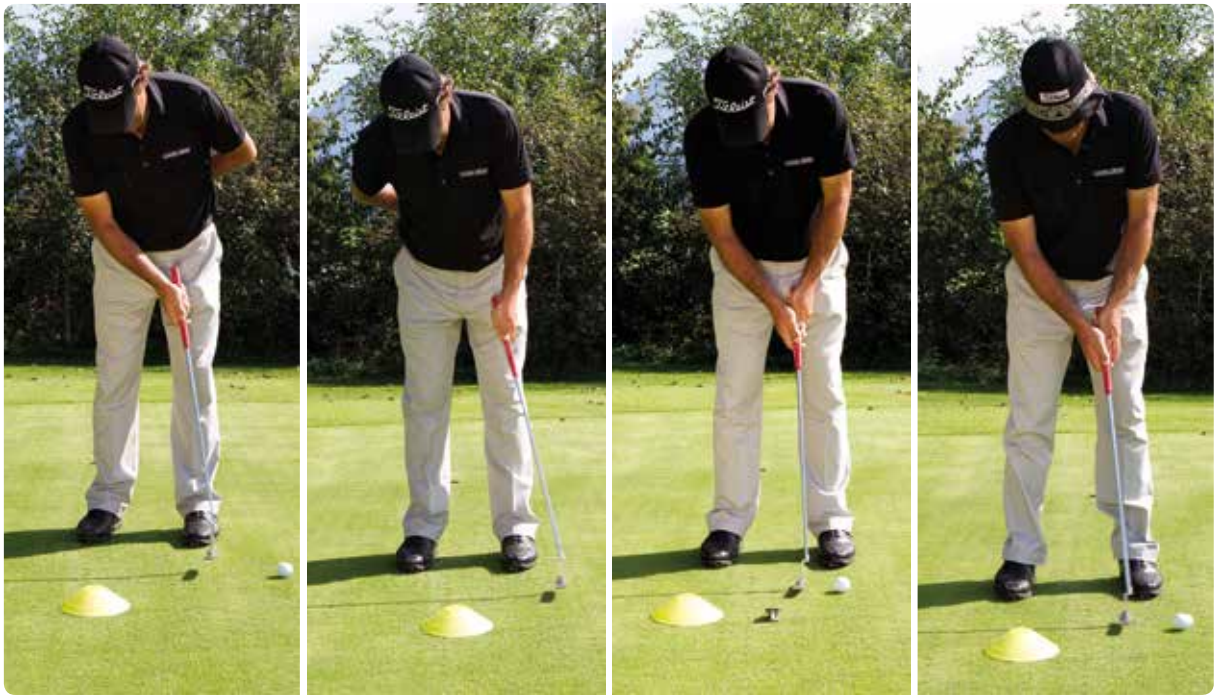
## Material

Hütchen, Kreide, jeder mit seinem Golfball.

# PUTTEN

## 12. Feeling

Gefühl und Rhythmus, Pendel und Weg des Schlägerkopfes, Selbstvertrauen.



Vorbereitungszeit

15 14 13 12 11 10 9 8 7 6 5 4 3 2 1

min

# PUTTEN

## 12. Feeling

### Grundidee

Einen 2-m-Putt wählen. Diesen nur mit der linken, der rechten Hand oder mit verbundenen Augen spielen. Einen Taktmesser für den Rhythmus einsetzen. Das so entwickelte Gefühl in die Puttbewegung einbauen.

### Variationen

- Je 3 bis 5 Bälle.
- 5 Bälle pro Übung, gefolgt von 5 normal gespielten Bällen.
- Auch lange Putts.
- Nach einem mit geschlossenen Augen gespielten Putt sagen, ob er zu kurz oder zu lange war.

### Material

Tees, Augenbinde, Taktmesser, Golfbälle.

# PUTTEN

## 13. Elfmeter

Ausrichtung, Distanzgefühl, Gefühl und Rhythmus, Routine, Selbstvertrauen.

Vorbereitungszeit

15 14 13 12 11 10 9 8 7 6 5 4 3 2 1

min

# PUTTEN

## 13. Elfmeter

### Grundidee

Tore um 2 gegenüberliegende Löcher markieren. Zwei Kinder oder Jugendliche versuchen, den Ball im gegnerischen Tor oder Loch zu versenken.
Es gibt 1 Punkt für jeden Ball im Tor und 2 Punkte für jeden Ball im Loch.
Die 2 Tore können auch ohne Löcher mit Schlägern markiert werden.

### Variationen

- Auf 5 Punkte spielen. Bei Gleichstand die Seiten wechseln.
- Mehrere Kinder oder Jugendliche spielen gleichzeitig. Jeder puttet ins nächste Tor. Alle wechseln die Position, wenn ein Treffer erzielt wurde.
- Auf ein Loch spielen.
- Auf einen Markierkegel spielen.
- Zählweise: Getroffen = 1 Punkt, zu kurz = minus 1/2, ein Meter zu lange = minus 1/2. Trifft ein Spieler, werden die Seiten gewechselt.

### Material

Tees, Kreide, Golfbälle.

## 14. Catch me, if you can

Green lesen und Visualisierung, Routine, Nichtwiederholbarkeit, Selbstvertrauen.

Vorbereitungszeit

15 14 13 12 11 10 9 8 7 6 5 4 3 2 1

min

## PUTTEN

### 14. Catch me, if you can

**Grundidee**

Rund um ein Loch wird aus Hütchen ein Kreis mit einem Radius von einem Meter gebildet. Zwei Spieler versuchen abwechslungsweise, einzulochen. Wer seinen Ball versenkt, kann zum nächsten Hütchen und von dort aus versuchen, einzulochen. Sieger ist, wer seinen Gegenspieler einholt.

**Variationen**

- 1-Meter-Putts mit Break.
- Mit unterschiedlichen Bällen.

**Material**

Hütchen, jeder mit seinem Golfball.

## 15. Putting Parallele

Green lesen und Visualisierung, Routine, Nichtwiederholbarkeit, Selbstvertrauen.

Vorbereitungszeit

15 14 13 12 11 10 9 8 7 6 5 4 3 2 1

min

# PUTTEN

## 15. Putting Parallele

### Grundidee

Pro Loch in vier verschiedenen Distanzen Hütchen setzen. Von der am nächsten liegenden Markierung aus versuchen, den Ball einzulochen. Trifft man, zur nächsten Markierung wechseln.

### Variationen

- Wer ist schneller bei der hintersten Markierung?
- Abwechslungsweise putten.
- Bei der am weitesten entfernten Markierung beginnen.
- Pro Distanz müssen 2 oder 3 Putts eingelocht werden.
- Bei einem Fehler wieder vorne beginnen.

### Material

Hütchen, jeder mit seinem Golfball.

# PUTTEN

## 16. Piece of cake

Ausrichtung, Gefühl und Rhythmus, Green lesen und Visualisierung, Selbstvertrauen.

Vorbereitungszeit

15 14 13 12 11 10 9 8 7 6 5 4 3 2 1

min

# PUTTEN

## 16. Piece of cake

### Grundidee

Einen 5 bis 8 Meter langen Putt mit einem mittleren Break einlochen.
Je nach Resultat gibt es unterschiedlich viele Punkte.

- Eingelocht = 5 Punkte
- Zu lange oberhalb des Lochs = 4 Punkte
- Zu lange unterhalb des Lochs = 3 Punkte
- Zu kurz oberhalb des Lochs = 2 Punkte
- Zu kurz unterhalb des Lochs = 1 Punkt

### Variationen

- Wer hat zuerst 20 Punkte erreicht?
- Als Teamwettkampf.
- Die Distanz kürzer oder länger wählen.

### Material

Golfbälle, Hütchen, Kreide, Schnur mit Karabiner.

# PUTTEN

## 17. Game Boy

Ausrichtung, Distanzgefühl, Nichtwiederholbarkeit, Selbstvertrauen.

Vorbereitungszeit

15 14 13 12 11 10 9 8 7 6 5 4 3 2 1

min

# PUTTEN

17. Game Boy

## Grundidee

Um das Loch ein Quadrat mit 90 cm Kantenlänge zeichnen. 2 Meter vom Loch entfernt eine erste Markierung festlegen. Anschliessend jeden weiteren Meter eine weitere zeichnen. Jeder Spieler startet mit einem Leben ins Spiel. Treffen die Kinder oder Jugendlichen den Ball in die Zone, erhalten sie ein Leben und dürfen einen Meter zurückgehen. Jeder Ball im Loch zählt zwei Leben und erlaubt, zwei Meter zurückzugehen. Verpasst der Ball die Zone, verliert man ein Leben.

## Variationen

- Als Teamwettkampf.
- Auch Puttbahnen mit Break vorsehen.
- Mit unterschiedlichen Bällen.

## Material

Hütchen, Golfbälle, Kreide.

# PUTTEN

## 18. Minigolf

Ausrichtung, Distanzgefühl, Green lesen und Visualisierung, Nichtwiederholbarkeit, Golfregeln.

Vorbereitungszeit

15 14 13 12 11 10 9 8 7 6 5 4 3 2 1

min

# PUTTEN

## 18. Minigolf

### Grundidee

Ein Minigolf-Loch mit Hüttchen oder Kreide markieren. Je nach Niveau Dogleg, Hindernisse, Break usw. einbauen. Wenn der Ball über die Outlinie rollt, wird er mit einem Strafschlag vom Übertretungsort aus weitergespielt.

### Variationen

- Als Zweierteam: Abwechslungsweise putten, bis der Ball im Ziel ist.

### Material

Tees, Schnur, Kreide, Hütchen, Frisbee, Golfbälle.

# PUTTEN

## 19. Himmel und Hölle

Ausrichtung, Distanzgefühl, Nichtwiederholbarkeit, Selbstvertrauen.

Vorbereitungszeit

15 14 13 12 11 10 9 8 7 6 5 4 3 2 1

min

## PUTTEN

### 19. Himmel und Hölle

**Grundidee**

Ein Himmel-und-Hölle-Spiel mit 6 Feldern und dem Himmel markieren. Würfeln und je nach Anzahl Augen ins entsprechende Feld spielen. Wenn der Ball in der Zone liegen bleibt, zählen die Punkte.

**Variationen**

- Als Teamwettkampf.
- Wer hat zuerst 20 Punkte.
- Wer erreicht am meisten Punkte in 5 Minuten?

**Material**

Kreide, Würfel, Hütchen, Golfbälle.

# PUTTEN

## 20. Flipper

Ausrichtung, Pendel und Weg des Schlägerkopfes, Nichtwiederholbarkeit, Selbstvertrauen.

Vorbereitungszeit

15 14 13 12 11 10 9 8 7 6 5 4 3 2 1

min

# PUTTEN

## 20. Flipper

### Grundidee

Mit Schlägern eine Zone um eine Loch markieren. In dieser eine Menge Tees als Hindernisse positionieren. Wer hat zuerst eingelocht?

### Variationen

- Als Wettkampf gegen einen anderen Spieler.
- Als Foursome gegen ein anderes Team.
- Wenn ein Tee berührt wird, gibt es einen Strafschlag.

### Material

Schläger für die Begrenzung, viele Tees.

# PUTTEN

## 21. Kegeln

Ausrichtung, Pendel und Weg des Schlägerkopfes, Nichtwiederholbarkeit, Selbstvertrauen.

Vorbereitungszeit

15 14 13 12 11 10 9 8 7 6 5 4 3 2 1

min

# PUTTEN

## 21. Kegeln

### Grundidee

5 bis 7 Kegel (oder leere ½-Liter-Flaschen) aufstellen. Wie viele Bälle braucht man, bis alle Kegel umgefallen sind?

### Variationen

- Mit unterschiedlichen Bällen.
- Als Teamwettkampf.
- Mit begrenzter Anzahl Schläge.

### Material

Kegel, Golfbälle, unterschiedliche Bälle.

# PUTTEN

## 22. Rollmops

Ausrichtung, Pendel und Weg des Schlägerkopfes, Nichtwiederholbarkeit, Selbstvertrauen.

Vorbereitungszeit

15 14 13 12 11 10 9 8 7 6 5 4 3 2 1

min

# PUTTEN

## 22. Rollmops

### Grundidee

Zwei Spieler stehen hinter zwei definierten Linien und spielen gegeneinander. In ihrer Mitte liegt ein grösserer Ball. Ziel ist es, diesen mittels Putts hinter die gegnerische Linie zu befördern. Es wird abwechslungsweise gespielt.

### Variationen

- Mit der Hand Softbälle gegen den grossen Ball werfen, um ihn zu treffen.
- Als Team den Ball über eine gewisse Distanz befördern.
- Alleine einen grösseren Ball mittels Putts bewegen.
- Mit unterschiedlichen Bällen spielen.

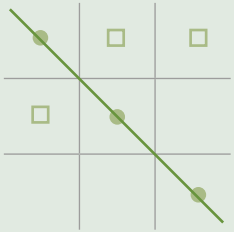
### Material

Hütchen, einen grösseren Ball, Golfbälle.

# PUTTEN

## 23. Tic – Tac – Toe

Ausrichtung, Distanzgefühl, Routine, Nichtwiederholbarkeit, Selbstvertrauen.



Vorbereitungszeit

15 14 13 12 11 10 9 8 7 6 5 4 3 2 1

min

# PUTTEN

## 23. Tic – Tac – Toe

### Grundidee

Ein in 9 gleichgrosse Felder unterteiltes Quadrat markieren. Zwei Spieler – jeder hat eine eigene Ballfarbe – versuchen, die eigenen Bälle in drei nebeneinanderliegende Felder zu treffen und so eine Linie zu bilden.

### Variationen

- Die Distanz anpassen.
- Mit unterschiedlichen Bällen.
- Es müssen zwei Bälle in die drei Felder gespielt werden.

### Material

Hütchen, Kreide oder Absperrband, verschiedenfarbige Golfbälle.

# PUTTEN

## 24. Slalom

Ausrichtung, Distanzgefühl, Green lesen und Visualisierung.

Vorbereitungszeit

15 14 13 12 11 10 9 8 7 6 5 4 3 2 1

min

# PUTTEN

## 24. Slalom

### Grundidee

7 bis 10 Tees/Hüttchen werden in einer Reihe aufgestellt. Wie viele Putts sind vom Start bis ins Ziel notwendig?

### Variationen

- Als Zweiterteam: Abwechslungsweise putten, bis der Ball im Ziel ist.
- Das Ziel kann ein Loch sein.
- Auf dem Green auch Breaks berücksichtigen.
- Unterschiedlich grosse Abstände.
- Wer schafft es am schnellsten?
- Wer braucht am wenigsten Putts?
- Unterschiedliche Bälle.

### Material

Tees, Hütchen, Golfbälle.

# PUTTEN

## 25. Boccia-Putten

Ausrichtung, Distanzgefühl, Green lesen und Visualisierung.

Vorbereitungszeit

15 14 13 12 11 10 9 8 7 6 5 4 3 2 1

min

# PUTTEN

## 25. Boccia-Putten

### Grundidee

Zu zweit oder dritt. Einen farbigen Ball mit der Hand als Ziel werfen. Die Kinder und Jugendlichen haben je 2 oder 3 Bälle zum Putten. Wer näher am Ziel liegt, erhält 1 Punkt und darf den farbigen Ball werfen.

### Variationen

- Hin zu einem Golfloch.
- Als Zweierteam: Abwechslungsweise putten (Foursome).
- Als Match Play.

### Material

Farbiger Ball, Golfbälle.