



Informatieboekje

Bowls '92 Losser



Welkom

Bowls Losser

Bowls Losser is opgericht in 1992 door een initiatief van de Stichting Welzijn Ouderen Losser en de afdeling Sport en Cultuur van de gemeente Losser. Eerst met een klein aantal mensen maar door het actief werven van leden groeiden we snel. In 1996 zijn we op aandringen van de Stichting Welzijn Ouderen en de Gemeente Losser een Vereniging geworden, nu zijn we met een flink aantal leden (zowel mannen als vrouwen) .

In Nederland wordt 'BOWLS' voornamelijk gespeeld door 50+ sporters terwijl dit in Engeland (de oorsprong van bowls) een sport is voor alle leeftijden. Elke stad en dorp heeft daar een Bowlsclub. Daar wordt het zowel indoor als outdoor gespeeld.

Elke maandagmiddag van 15.00 uur tot 17.00 trainen wij in Sporthal de Fakkel. Op woensdagmiddag spelen we de thuiswedstrijden en competitie in de Regio Oost Nederland . Drie maal per jaar hebben we een intern toernooi. Verder hebben we ook nevenactiviteiten zoals een nieuwjaarsreceptie, een fietstocht, een bingo, of een leuke andere activiteit die door onze activiteitencommissie wordt georganiseerd.

Bowls Regio Oost Nederland

Bowls Regio Oost heeft 8 actieve Bowlsverenigingen waarmee wij jaarlijks een competitie spelen in 3 verschillende klassen . Ook spelen we op toernooien in de Regio Oost en daarbuiten. Wie bij ons wil, kan zich ook inschrijven voor het Nederlandse Kampioenschap in de diverse disciplines, singles, pairs of triples .



*Bowls,
Probeer het eens!*

Lidmaatschap

Is uw belangstelling gewekt, kom dan eens langs op een maandagmiddag om te kijken of nog beter speel het spelletje mee. Vindt u het leuk, dan is de eerste maand gratis en daarna is het € 11,00 per maand. Voor informatie neem contact op met onze secretaris.

Email: bowls9220@gmail.com



BOWLS

Waar komt Bowls vandaan?

Bowls komt voort uit Egypte, waar de Egyptenaren al voor onze jaartelling een spel gespeeld hebben met een kegel en stenen ballen. De oudste en nog in gebruik zijnde green dateert uit 1299 maar ligt niet in Egypte maar in Southampton in Engeland.

In de loop der jaren ontstonden er allerlei spelvormen, zoals in Frankrijk 'Jeu de boules', in Denemarken 'Bolle' en in Italië 'Bocca'

Bowls, hoe gaat dat?

Wat is (bowls) eigenlijk voor een sport? Het wordt nogal eens verward met (bowling), u weet wel, met een zware bal met gaten erin, proberen kegels omver te werpen.

Een mooie sport, daar niet van, maar voor de ouderen onder ons vaak wat te zwaar.

Doel van het spel

Bowls wordt dan ook met ballen gespeeld. Een speler speelt met een set van drie of vier ballen (de bowls). Deze zijn lichter dan bowlingballen, de lichtste weegt ca. 2 kg, de zwaarste ca. 3 kg, maar ze zijn niet zuiver rond, ze zijn namelijk aan één zijde wat lichter gemaakt, iets afgeplat, waardoor ze niet, als een ronde bal, in een rechte lijn rollen, maar een curve beschrijven.



Bowls is hoofdzakelijk een indoorsport en wordt op een lange mat gespeeld. Vanaf één zijde van de mat wordt een klein balletje, genaamd de jack (ca. 8 cm in doorsnede) gerold naar de andere zijde. Het is nu de bedoeling de bal zo dicht mogelijk bij de kleine - de jack - te rollen, maar door de curve die deze grote bal wil beschrijven, is dat nog niet zo makkelijk. Lukt dat, dan scoor je een punt.

Wat maakt bowls zo aantrekkelijk?

- * *bowls kan door iedereen gespeeld worden, jong en oud,*
- * *bowls vraagt niet om een specifieke conditie,*
- * *bowls spelregels zijn eenvoudig en helder,*
- * *bowls kun je het hele jaar door spelen,*
- * *bowls is een actieve sport, maar geen krachtsport,*
- * *bowls is een sport met weinig fysieke belasting,*
- * *bowls is een gezellige teamsport en is niet duur*
- * *bowls zorgt voor sociale contacten.*



De bowl en de jack

De bowls hebben een diameter van 12 - 14,5 cm en een gewicht van 1,25 - 1,6 kg en ze zijn in diverse kleuren verkrijgbaar. Ze worden gemaakt van compositie materiaal. Voorheen van hout, de zogenaamde 'woods'.

De jack, het doelballetje, is wit of geel van kleur en heeft een diameter van 6 cm. en een gewicht van 200 - 300 gram.

Het speelveld

Bowls wordt binnen gespeeld op matten van 30 mtr. lang en 4 meter breed. Buiten wordt gespeeld op z.g. greens of op een vlak veld, bijvoorbeeld op een kunstgrasveld van een hockeyvereniging.

Op elke mat kan zowel een single partij, één tegen één speler, een pairs partij, twee tegen twee, een triple partij, drie tegen drie of een fours partij, vier tegen vier spelers worden gespeeld. Het spel kan worden gespeeld in recreatief, in toernooi of competitieverband.

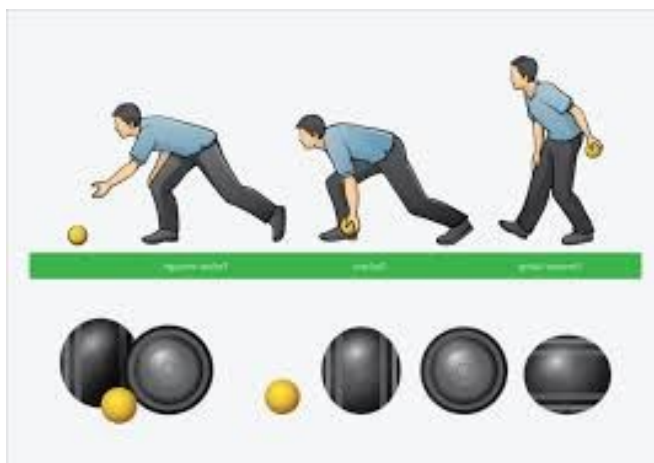


Het spelen van bowls heeft te maken met concentratie, vaardigheid, teamgeest en een beetje geluk om de wedstrijd te kunnen winnen, want de tegenstander stelt natuurlijk alles in het werk om met zijn/haar bal dichterbij de jack te spelen of zelfs jouw bowlsbal weg te spelen.



Zo speel je Bowls:

- * Zorg dat je op de hoogte bent van de spelregels. Teveel bowlers weten er nog te weinig van.
- * Zorg voor een juiste greep. Een hobbelende en springende bowl kan nooit zorgvuldig gespeeld worden.
- * Wanneer je de positie op de mat inneemt, zorg er dan voor, dat je precies naar je richtpunt uitgelijnd staat. Denk eraan volledig in balans te staan met een geconcentreerde geest maar met ontspannen spieren.
- * Je hele afworp moet een natuurlijke beweging zijn. Zorg ervoor, dat alles soepel verloopt, geen plotselinge bewegingen maakt en loop niet direct na het spelen van de bowl van de voetmat. Rustig op de mat blijven staan en de baan van de bowl blijven nakijken.
- * Test zorgvuldig de snelheid van de baan. Uiteindelijk is dit van grote invloed op je gehele manier van spelen. Op een snelle ondergrond is souplesse het allerbelangrijkste.
- * Als je op de mat gaat staan, bepaal je de snelheid door naar de jack te kijken. Je neemt vervolgens je positie in, gericht naar het punt waarnaar je wilt spelen. Laat je niet aflèiden, ook niet door de jack.
- * Oefenen, oefenen en nog eens oefenen. Dat is het beste advies. De uitdaging van elk shot is de juiste lengte en de juiste snelheid mee te geven. Slaag je daarin, dan geeft dat de grootst mogelijke voldoening.
- * Wees altijd positief. Als je voor een bepaald shot gekozen hebt, twijfel dan niet meer, maar speel dat shot.
- * Wanneer je tegenstander speelt, zorg er dan voor, dat je op ruime afstand achter hem of haar staat. Stoor hun concentratie niet door opmerkingen e.d. te maken.
- * Wacht tot de bowl tot stilstand is gekomen voor je op de mat stapt. Neem rustig de tijd om de head te bestuderen voordat je speelt. Ga, desnoods, indien toegestaan naar de head om te kijken.
- * Wees verstandig in het gebruik van de voetmat en jack. Varieer, zeker als je op verlies staat, dat kan je tegenspeler beïnvloeden.
- * Speel je in teamverband en je bent niet de teamleider, denk er dan aan, dat je voor het team speelt en niet voor jezelf. Er is er maar een, die leiding geeft aan het team en dat is de skip. (teamleider).
Zoals die aangeeft, zo speel je. Speelt ieder op zijn eigen houtje, dan zal je nooit een echt team vormen.
- * Moedig je teamgenoten aan, maar sla in je enthousiasme niet op hol. Storm niet met zijn allen naar de head bij een goede bowl. Blijf rustig op je plaats staan, dan stoor je niemand.
- * Lukt het niet om een winnende bowl te spelen, zorg dan voor een goede tweede. Dat ene puntje is mogelijk weer in te halen.
- * Let goed op het spel van je tegenstander. Probeer diens zwakheden te ontdekken, het kan je van pas komen.



- * Vooral in het enkelspel is elke bowl te kostbaar om te verknoeien. Daarom is discipline en grote concentratie bij dit spel van groot belang.
- * Zelfvertrouwen, concentratie, wilskracht, het is allemaal erg belangrijk. Maar realiseer je wel, dat je met een spelletje bezig bent, waaraan je plezier wilt beleven.
- * Train jezelf door goed over spelsituaties na te denken. Durf vooral tijdens trainingen te experimenteren. Dat is de manier om je verder te ontwikkelen.
- * Bedenk dat er maar weinigen zijn die echt de top zullen halen. Het moet ook een beetje in je aard zitten. Wees in elk geval een voorbeeld voor allen als het op sportiviteit aankomt. Daarmee bent U de beste inspiratiebron voor zowel uw team als voor de andere clubleden.
- * Blijf tijdens je afworp naar je richtpunt (schouder) kijken.
- * Wacht tot het rustig is voordat je speelt.
- * Blijf ook geconcentreerd spelen wanneer je op voorsprong staat. Het zou anders wel eens lelijk tegen kunnen vallen.
- * Beslis niet te snel wat voor bowl je zult gaan spelen. Bestudeer de situatie nauwkeurig.
- * Meestal zijn er meerdere (vaak betere) mogelijkheden dan op het eerste gezicht lijkt.
- * Een "snelle bowl" doe je pas als je, na zorgvuldige bestudering, als je concludeert dat er geen betere alternatieven zijn. Onzorgvuldig hard spelen kan je gemakkelijk de wedstrijd kosten.
- * Laat je nooit door je tegenstander inpakken. Ook al is het geluk tegen je, blijf kalm en opgewekt en concentreer je in gedachten op de mogelijkheden om de puntjes terug te pakken. Probeer je tegenstander mentaal onder druk te zetten.
- * Laat je het spel nooit opdringen. Je kunt een wedstrijd niet afraffelen. Speel op je eigen manier en geef je tegenstander recht op zijn manier van spelen.

En denk ook aan het volgende:

- * Nooit de jack zomaar gooien. Ga op de mat staan, precies alsof je een bowl speelt.
- * Speel de jack naar dat punt, waarvan jij of je skip het meeste voordeel verwacht.
- * Ren niet van de mat na het spelen van je bowl. Neem rustig de tijd en wacht tot je bowl stil ligt.
- * Teveel spelers spelen vaak veel te smal. Een scherp gespeelde bowl eindigt altijd beter dan een te veel door het midden gespeelde bowl.



Speel nog beter bowls:

Verbeter je afworp; denk daarbij aan de volgende punten en probeer ze toe te passen:

- * Hoe heb ik de bowl vast.
- * Hoe sta ik op de mat.
- * Hoe maak ik de uitstap, als ik me buk om de bowl te spelen.
- * Laat ik de bowl te vroeg of te laat los
- * Hoe is de beweging, de houding en de positie van de hand op het moment dat de bowl de grond raakt.
- * Hoe is mijn volgbeweging.

Huppel-bowl.

Als de bowl huppelt en springt, is hij niet goed op zijn loopvlak gezet. De precisie is dan weg.

De volgende oorzaken zijn mogelijk:

- * De Lead:
Niet in balans staan met een te lange of te korte uitstap.
- * Een te vaste greep met hoog geplaatste duim en pink. (knijpen in de bowl) hetgeen een soepel loslaten (liever afrollen) in de weg staat.
- * Het draaien van de hand of pols op het moment van loslaten om op die manier te proberen invloed uit te oefenen op de natuurlijke curve.
- * De middelvinger ligt niet precies centraal op het loopvlak.
- * Er is niet gekeken of de bowl wel recht in de hand ligt met het loopvlak precies in lijn naar je richtpunt.
- * De pink is te hoog gehouden.
- * Een te krappe bowl:
Dit kan tot gevolg hebben dat de bowl tot ver over de middellijn doorrolt.



Sommige oorzaken kunnen zijn:

- * Onvoldoende concentratie bij het zoeken naar de juiste lijn.
- * Het hoofd wordt tijdens de gehele delivery-actie te ver naar beneden gehouden.

- * Verkeerde plaatsing van de voeten, zodat men zichzelf een verkeerde lijn aangeeft.
- * Het draaien van de pols of hand tijdens het afrollen.
- * De volgbeweging wordt alleen met de arm gedaan en niet met de ogen. De correcte lijn moet ook worden gezien.
- * Het hoeken van de arm van het lichaam vandaan bij een forehand in plaats van een rechte volgarm over de rechte lijn.
- * Niet in staat zijn de arm in een rechte lijn langs de heup te bewegen.

Een te korte bowl.

Dit is meestal een slecht gespeelde bowl, daarom:

- * Leer de snelheid van de baan beter in te schatten.
- * Zorg voor een goede soepele arm-slinger, afrollen en volgbeweging.
- * Geen rukkende en plotselinge beweging.
- * Laat de bowl op het juiste moment los. Niet te vroeg en niet te laat.

Een te lange bowl:

Oorzaken zijn:

- * Een te grote uitstap, zodat de arm te ver doorzwaait.
- * Het optrekken van het hoofd op het moment van loslaten.
- * Een bowl gespeeld opzij van de head: Te breed of te smal opgezet.

Corrigeer:

plaatsing van de rechtervoet en speel naar een ander smaller of breder richtpunt.

Bij een te smal opgezette bowl moet men op de linkervoet letten.

Als die bijvoorbeeld te ver van de rechtersvoet vandaan staat, wordt het lichaam gedwongen via een incorrecte lijn naar voren te komen.

De elleboog moet soepel en dicht langs de zij kunnen bewegen.

Wanneer de bovenarm tijdens de slingerbeweging niet evenwijdig aan het lichaam beweegt, zal dat ook de lijn verstoren.

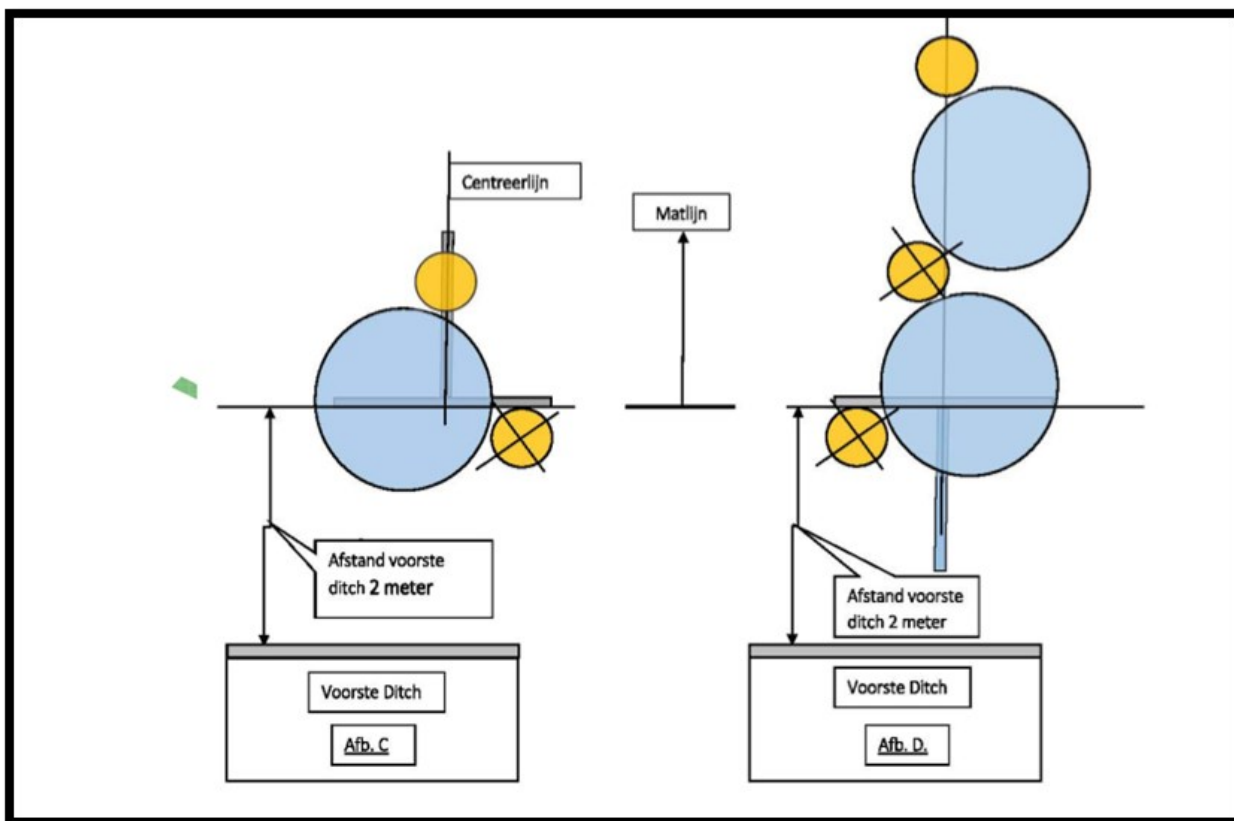
Neem altijd de tijd voor het afrollen en speel geconcentreerd maar ontspannen.



Wist je dit allemaal ??

1. Wat is een voetfout ?
Voordat er geworpen wordt moet de speler met één voet volledig op de mat staan. Op het moment dat de jack of de bowl wordt geworpen, moet één voet van de speler zich geheel of gedeeltelijk op of boven de mat bevinden. Een speler die zich niet aan bovenstaande houdt, maakt een voetfout.
2. In een trial end komt de bowl als toucher met de jack in de ditch, wat doen we?
*{Het team dat de trial end begint, moet de mat plaatsen, de jack opgooien en die vervolgens op de middellijn plaatsen op een door hen gekozen afstand van de matlijn (die afstand mag niet veranderd worden tijdens het trial end)}.
Zodra de bowl tot stilstand is gekomen, mag deze door één van de spelers of de marker verwijderd worden en bij de voorste ditch geplaatst worden.*
3. Wanneer is de bowl out op de zijlijn?
Als op een mat wordt gespeeld met aan het eind een ditch is de bowl out als hij van de mat op de vloer loopt.
4. Wanneer is de bowl out op de achterlijn (ditch)?
De bowl of jack is out wanneer hij voor meer dan de helft de lijn is gepasseerd. Hierbij geldt de voorzijde van de lijn gezien vanuit de rink.
5. Wat is een toucher?
Een toucher is een bowl die in zijn oorspronkelijke loop de jack raakt, het maakt hierbij niet uit als hij één of meerdere bowls geraakt heeft. Het blijft een live-bowl als hij in de ditch terechtkomt.
6. Wat is een non-toucher?
Een non-toucher is een live-bowl die de jack niet heeft geraakt. Ook als hij in beweging door een andere bowl de jack raakt.
7. Als tijdens het spel de jack terug springt van de balk (ditch) op de mat. Wat doen we dan?
Dat hangt van de spel situatie af:
 - a- *In de ditch: als de jack in de ditch geraakt wordt door een toucher en de jack springt terug op de rink, dan wordt er normaal verder gespeeld als hij tot stilstand komt op een afstand van meer dan 20 meter van de matlijn, gemeten in een rechte lijn van het centrum van de matlijn.*
 - b- *In de ditch: als de jack in de ditch geraakt wordt door een dead bowl en de jack springt terug op de rink, dan wordt de jack teruggelegd op zijn oorspronkelijke plaats.*
 - c- *Op de rink: als de jack verplaatst wordt door een toucher of live-bowl, wordt er normaal verder gespeeld.*
 - d- *Op de rink: als de jack verplaatst wordt door een dead bowl, wordt de jack teruggelegd op zijn oorspronkelijke plaats.*

8. Een speler raakt met zijn bowl de jack en de jack beland in de ditch, de volgende speler gooit zijn bowl en raakt de jack in de ditch.
Is dit een toucher?
Neen, als de jack in de ditch ligt, kan er geen toucher meer worden gemaakt.
9. Mag een speler aanwijzingen geven door een meter of 5 à 6 de baan op te lopen om aanwijzingen te geven aan zijn medespeler?
Ja, van het team dat in bezit is van de rink, mag een medespeler aanwijzingen geven. De afstand is niet opgenomen in het spelregelboek dus houdt een redelijke afstand aan.
10. Een speler verplaatst per ongeluk een stilliggende bowl op de mat; hij wil de bowl terug leggen, mag hij of zij dat?
Neen, de tegenstander moet de bowl terugplaatsen. Indien er geen overeenstemming wordt bereikt, beslissen de skips.
11. De lead van het beginnende team gooit de jack en deze komt in de ditch, mag de lead van het andere team de voetmat verplaatsen en opnieuw de jack gooien cq beginnen?
Neen, hij mag de voetmat verplaatsen en de jack spelen, maar hij mag niet als eerste de bowl werpen.
12. Na een dead end wordt er opnieuw gespeeld vanaf dezelfde kant of... mogen de skips besluiten aan de andere kant te beginnen?
De spelregels zeggen dat als de jack tijdens het spel buiten de zijlijnen of over de vender achter de ditch terecht komt, de jack wordt dead verklaard en gerespot (=teruggelegd) op de middellijn op de 2-meter markering van de voorste ditch. (zie tekening volgende pagina)
13. Wordt er bij een onbeslist end waarbij de best geplaatste bowls van beide teams even ver van jack liggen, 0-0 of 1-1 geschreven?
In een onbeslist end wordt er 0 - 0 geschreven.
14. Nadat de spelers zijn begonnen om het aantal shots te tellen, vindt een van de spelers (skip) nog een niet gespeelde bowl. Mag hij of zij die bowl alsnog gooien?
Neen, als het proces is begonnen om te beslissen hoeveel shots zijn gescoord, dan verliest de speler die heeft nagelaten om een bowl te spelen het recht om deze bowl alsnog te spelen.
15. Als na het gespeelde end het aantal shots wordt geteld en wordt doorgegeven om genoteerd te worden mag daar dan nog veranderingen in komen b.v. dat er nog een bowl gemeten moet worden?
16. *Neen, als het besluit over de behaalde shots is overeengekomen, is dit onherroepelijk en kan het niet meer worden gewijzigd.*
17. Wat is de minimum afstand die de jack vanaf de voetmat moet halen bij het gooien van de jack?
De minimum afstand is 23 meter vanaf de voorzijde van de voetmat.
18. Wat is de minimum afstand van de matlijn naar de bowl nadat de bowl is gespeeld?
De minimum afstand is 14 meter vanaf de voorzijde van de voetmat.
19. Wat is de minimum afstand van een terugspringende jack?
De minimum afstand is 20 meter vanaf de voorzijde van de voetmat.



“Kijk eens schat. Mijnheer Vandalen heeft dezelfde ballen als jij”.

