



Handout zum Inklusionsvideo Golfen mit Menschen mit Behinderung

In diesem Handout finden Sie die wichtigsten Informationen, die Sie beachten sollten, wenn Sie einen erfolgreichen Inklusions-Golfkurs durchführen möchten.

Zeitpunkt:

Je besser das Wetter, desto besser ist auch die Laune bei den Kursteilnehmern.

Kursgröße:

Unser Vorschlag ist es, die Kursgröße auf 9 Teilnehmer zu begrenzen. Eine Einteilung der Teilnehmer in Dreier-Gruppen hat sich hervorragend bewährt.

Zeitdauer:

Circa 2 Stunden, bitte Trinkpausen einplanen!

Trainer / Assistenten:

Der Club sollte eine Person zur Verfügung stellen die als Trainer fungiert. Es muss kein ausgebildeter Golf Professional sein. Es kann auch ein C-Trainer, Jugendwart oder ein engagiertes Clubmitglied sein. Die wichtigste Eigenschaft, die dieser Trainer beim Thema „Golf mit Menschen mit Behinderung“, mitbringen sollte, ist das Einfühlungsvermögen gegenüber den Kursteilnehmern.

Zusätzlich zum Trainer werden mindestens drei Assistenten benötigt.

Der Trainer übernimmt die leitende Rolle an diesem Tag. Die Assistenten werden als Kapitäne der drei Gruppen eingeteilt.

Die Begleitpersonen (Betreuer / Schulleiter / Lehrer / etc.) zum Mitmachen animieren. Diese sind einerseits gute Multiplikatoren generell, andererseits gewinnen wir dadurch den einen oder anderen für unseren Sport.

Ansprache: Trainer, Kapitäne und Kursteilnehmer sollten sich alle duzen. Somit entsteht eine entspannte und zugleich freundschaftliche Atmosphäre. Da alle Trainer, Kapitäne und Kursteilnehmer Namensschilder tragen können sich alle mit Namen ansprechen. Hier kann auch gezielt nachgefragt werden, beispielsweise: „Julia, wie klappt es bei dir?“.

Wochentag: Als Wochentag empfehlen wir den Montagvormittag ab 10:00 Uhr.

Materialbedarf: Namensschilder, SNAG Rollerama, Giant Bullseye, Roller (Putter), Launcher, Bälle, Launch Pad (vgl. Abb. 1 bis 6), normale Golfbälle (für die Range und für das Spielen auf dem Platz), Golfschläger, Tees, Sprühfarbe, Treffbare Ziele (beispielsweise aufblasbares Schwimmbecken), Preise für Siegerehrung



SNAG Rollerama (Abb. 1)



SNAG Giant Bullseye (Abb. 2)



SNAG Roller (Abb. 3)



SNAG Launcher (Abb. 4)



SNAG Bälle (Abb. 5)



SNAG Launch Pad (Abb. 6)



Ablauf, wie er auch im Video verkürzt dargestellt wird:

Nach dem Eintreffen der Teilnehmer stellen sich alle vor (Trainer / Kapitäne / Teilnehmer). Hier kann auch nachgefragt werden, ob denn die Teilnehmer vereinzelt schon in Kontakt mit Golf gekommen sind.

Die Teilnehmer werden in drei Gruppen aufgeteilt. Jeder Gruppe wird ein Kapitän zugewiesen. Zusammen wird sich ein Team-Name überlegt, dieser wird notiert (Flipchart).

1. Aufgabe: Rollen von SNAG Bällen (vgl. Abb. 7) – 5-10 Minuten

In den drei Gruppen wird mit der ersten Aufgabe gestartet. Jede Gruppe hat ein SNAG Rollerama, welches in einem Abstand bis zu 3 Meter entfernt steht. Das Ziel ist es, den SNAG Ball an das SNAG Rollerama mit der Hand zu rollen. Der Ball soll daran haften bleiben. Für jeden Ball, der an dem Rollerama haften bleibt, gibt es einen Punkt. Der Kapitän der Gruppe addiert die Punkte und notiert diese am Flipchart bei dem entsprechenden Team-Namen.



Abb. 7: Rollen von SNAG Bällen gegen das Rollerama

2. Aufgabe: Putten mit SNAG Bällen (vgl. Abb. 8) – 5-10 Minuten

Die Aufgaben an einem Trainingstag sollen methodisch aufeinander aufbauen. Auf das Rollen mit dem SNAG Ball folgt das Putten mit dem SNAG Roller (Putter). Die Aufgabenstellung ist identisch wie bei Aufgabe 1. Die Teilnehmer putten den SNAG Ball gegen das Rollerama. Die Punkte werden wieder vom Kapitän gezählt und auf dem Flipchart notiert.



Abb. 8: Putten von SNAG Bällen gegen das Rollerama

3. Aufgabe: Putten mit Golfbällen – 5-10 Minuten

Der nächste Schritt ist vom SNAG Ball zum Golfball. Als Schläger bleibt nach wie vor der SNAG Roller im Einsatz. Eine Gruppe stellt sich im 1m Radius um ein Golfloch auf dem Putting-Grün. Abwechselnd soll der Golfball von den Teilnehmern ins Loch geputtet werden. Wer ins Loch getroffen hat, darf erneut putten. Sollte der Ball nicht im Loch landen, puttet der nächste in der Gruppe weiter. Pro eingelochten Golfball wird ein Punkt vergeben.

4. Aufgabe: SNAG Ball an SNAG Giant Bullseye schlagen (Golfschwung) – 15 Minuten

Nach dem Putten folgt die Einführung des Golfschwungs. Bevor es auf die Range geht, können die Teilnehmer die SNAG Bälle an das SNAG Giant Bullseye schlagen. Es ist einfacher für die Teilnehmer, die SNAG Bälle von einem SNAG Launch Pad zu schlagen, als direkt vom Gras. Als Schläger fungiert der SNAG Launcher.

Es ist nicht wichtig, dass die Teilnehmer in die Theorie des Golfschwungs eingeführt werden. Es wird nach dem Motto „Probieren geht über Studieren“ praktiziert.



Abb. 9: SNAG Bälle gegen das Giant Bullseye schlagen

5. Aufgabe: Bälle schlagen mit Golfschläger und Golfbällen – 15 Minuten

Im Anschluss an das Ausprobieren des Golfschwungs mit den SNAG Launchern kann der „richtige“ Golfschwung mit „richtigen“ Schlägern und „richtigen“ Golfbällen durchgeführt werden. Die Bälle sollen zu Beginn immer aufgeteet werden, um das Treffen des Balls zu erleichtern. Eine Hilfestellung bei dieser Übung ist zudem der Satz „Fliegt die Farbe, fliegt der Ball!“. Die Farbe wird auf dem Boden aufgesprüht (s. Bild) und der Ball direkt auf der Farbe aufgeteet. Besonders viel Spaß haben die Kursteilnehmer wenn man treffbare Ziele (aufgeblasenes Schwimmbecken) aufstellt, beispielweise bei 25m oder 50m.



Abb. 10: Schlagen von Golfbällen mit normalen Golfschlägern von einer Hilfslinie



6. Aufgabe: Spiel auf dem Platz – 30 Minuten

Zuletzt wird das zuvor Gelernte beim Spiel auf dem Platz angewendet. Am besten eignen sich dafür Spielbahnen auf einem Kurzplatz. Alternativ kann auf einem 9/18-Loch Platz mit verkürzten Abschlügen gespielt werden.

Jede Gruppe spielt einen Ball vom Abschlag bis ins Loch. Es wird immer abwechselnd in der Form eines Scrambles gespielt. Die Schläge der Teams werden gezählt und ein separater Sieger gekürt.



Abb. 11: Spielen auf dem Platz

Da die Gruppen Punkte gesammelt haben, sollte zum Abschluss des Golfschnuppertages eine Siegerehrung durchgeführt werden. Die Teilnehmer freuen sich sehr über ein kleines Andenken, in Form einer BWGV-Goldmedaille die vom Verband zur Verfügung gestellt wird.

Sofern in einem Club nicht vorhanden, kann die SNAG Ausrüstung zusammen mit dem Golfmobil beim Baden-Württembergischen Golfverband ausgeliehen werden. Selbstverständlich kann auch anderes geeignetes Material für Anfänger verwendet werden.



Abb. 12: Gemeinsames Abschlussfoto nach der Siegerehrung

Inklusionsveranstaltungen sollten im besten Fall keine Einzelveranstaltungen bleiben.

Bildnachweis:

Abb. 1 bis 6: <https://www.snaggolf.com/>

Abb. 7 bis 12: BWGV