

# Minigolf in der Halle – Ein Tutorial zum Aufbau von Bahnen

# Vorwort

Herzlich Willkommen, schön dass Du dich für dieses Tutorial interessierst!

Viele Minigolfer kennen das: Der Winter steht vor der Tür und keine Halle mit konventionellen Bahnen ist in der Nähe. Das bedeutet entweder lange Wege oder gar ein halbes Jahr ohne Minigolf! Gegen diese Winter-Tristesse hilft nur eines: **Ab in die Turnhalle und Bahnen selber bauen!**

Die in diesem Tutorial dargestellten Bahnen lassen sich alle problemlos mit den typischerweise in Turnhallen befindlichen Materialien (Matten, Kästen, Bänke, Sprungbretter, Hula-Hoop Reifen, etc.) nachbauen und sind deshalb besonders gut zum Einsatz in der Halle geeignet.

Fast alle Bahnen lassen sich in der Schwierigkeit variieren (z.B. durch die Länge oder die Spielbreite zwischen den Hindernissen) und dürfen gerne auch anderweitig verändert werden 😊 Dennoch sind sie in etwa nach der mittleren Spielschwierigkeit geordnet.

Außerdem sind im Anschluss an die Bahnen zwei Vorschläge für Spiele in der Halle dargestellt.

Es ist uns wichtig, Euer Feedback zu hören (Verbesserung der Bahnen oder der Aufbauanleitung, eure Erfahrungen beim Spielen etc.).

# Vorwort

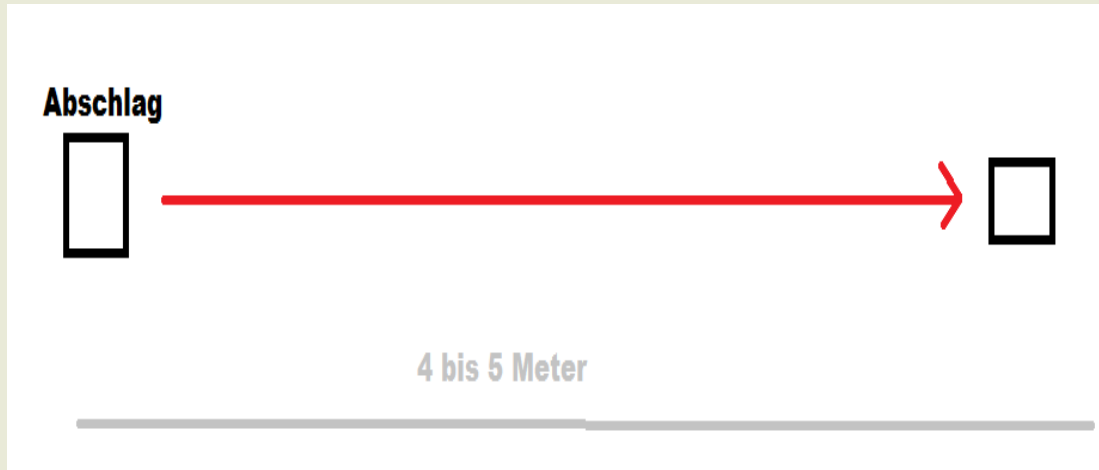
**Natürlich dürft ihr auch gerne selbst kreativ werden und neue Bahnen bzw. Spiele erfinden!** Wir würden uns freuen, wenn Ihr uns Eure neuen Bahnen/Spiele mit Foto, Material und kurzer Beschreibung bzw. den Regeln zukommen lasst, wir fügen Eure Bahnen dann gerne in dieses Tutorial ein!

Feedback und Bahn-/Spielevorschläge bitte an: [minerlarslp@gmail.com](mailto:minerlarslp@gmail.com)

Vielen Dank

Euer DMJ Juniorteam

# Gradschlag



## Material:

- Bodenöffnung
- Blatt oder Kreppband (Markierung Abschlag)
- Event. kleine Matte als Bande

(Spiel-)Schwierigkeit	Aufbaukomplexität
1	1

## Aufbau:

- Bodenöffnung (z. B. von Volleyballnetz) öffnen
- Markierung in 4 m bis 5 m Entfernung zur Bodenöffnung anbringen
- Event. kann eine Matte als Bande in kurzer Entfernung hinter die Bodenöffnung gelegt werden (Rücklauf)

# Ringe



## Material:

- Hula-Hoop Ring/e
- Blatt oder Kreppband (Markierung Abschlag)

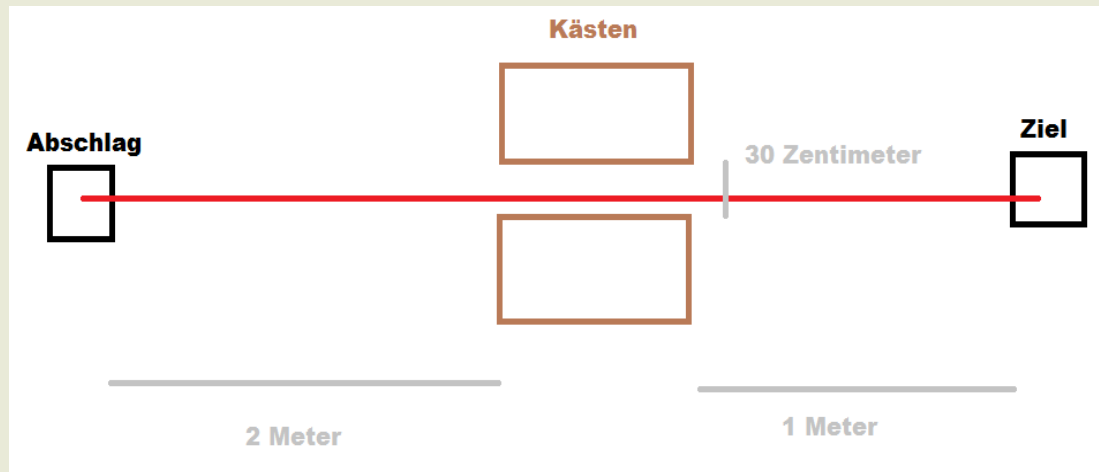
(Spiel-)Schwierigkeit	Aufbaukomplexität
1	1

## Aufbau:

- Durch Blatt, Kreppband oder Spielfeldmarkierung (Hallenboden) Abschlag definieren
- Hula-Hoop Ringe in 3,5 m bis 7 m Entfernung zum Abschlag platzieren

**Tipp:** Es können zum (Tempo-)Training auch mehrere Ringe parallel in unterschiedlichen Entfernungen zum Abschlag platziert werden

# Türchen



## Material:

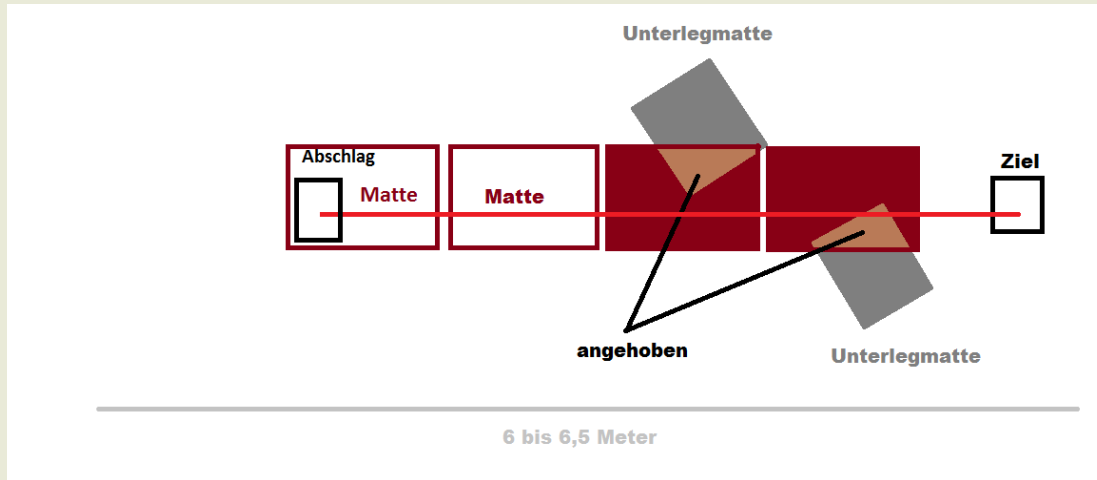
- 2 kleine Kästen
- Ziel (Öffnung/Ring etc.)
- Blatt oder Kreppband (Markierung Abschlag)
- Event. kleine Matte

(Spiel-)Schwierigkeit	Aufbaukomplexität
1	2

## Aufbau:

- Ziel festlegen (Bodenöffnung, Ring, Golf-Puttcup, etc.)
- In ca. 1 m Entfernung zum Ziel zwei umgedrehte Kästen mit einem Abstand von 30 cm zueinander platzieren
- Abschlag in ca. 2 m Entfernung mittig zu den Kästen platzieren
- Event. Matte hinter Ziel legen (Bande f. Rücklauf)

# Hügelchen



## Material:

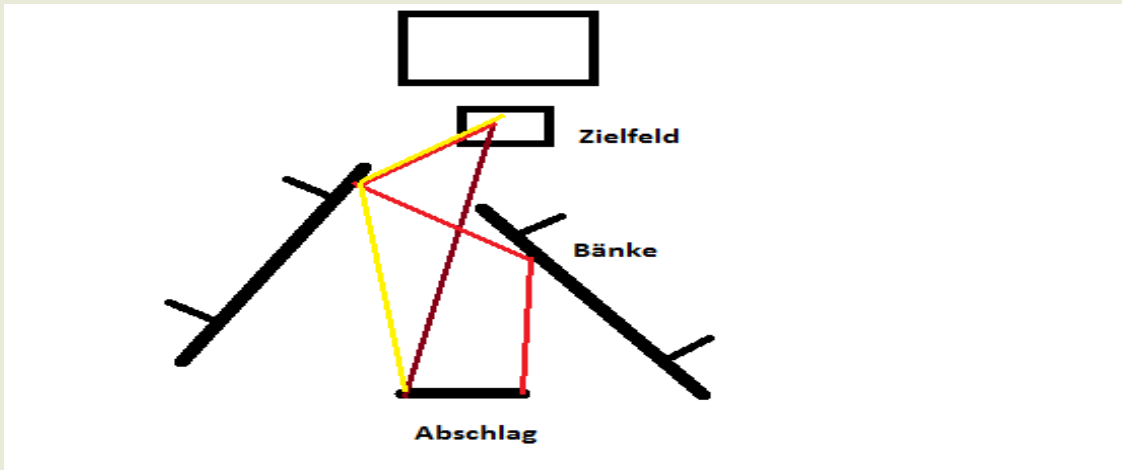
- 6 Matten (hart)
- Ziel (Öffnung/Ring etc.)
- Blatt oder Kreppband (Markierung Abschlag)
- Event. weitere kleine Matte als Bande

(Spiel-)Schwierigkeit	Aufbaukomplexität
1-2	2

## Aufbau:

- Ziel definieren
- 4 harte Matten hintereinander legen; Spalten vermeiden!
- Bei den letzten beiden Matten eine Matte links und eine rechts unterlegen
- Abschlag definieren (ideal: mehrere Varianten spielbar)
- Event. weitere Matte hinter das Ziel legen (Bande f. Rücklauf)

# Flipper



## Material:

- 2 Bänke
- Ziel (Öffnung/Ring etc.)
- Kreppband (Markierung Abschlag)
- kleine Matte

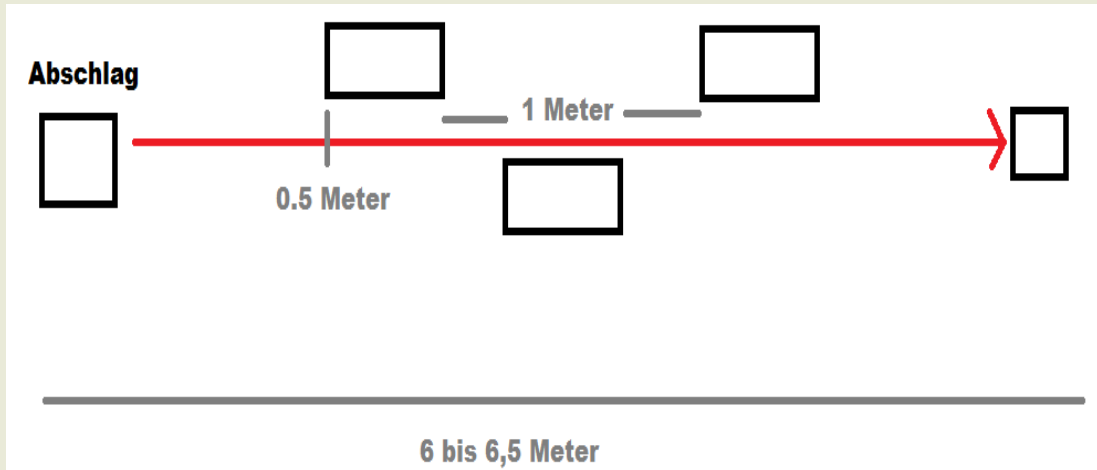
(Spiel-)Schwierigkeit	Aufbaukomplexität
1-2	3

## Aufbau:

- Ziel definieren und Matte als Bande dahinter legen
- Bänke so platzieren wie oben gezeigt
- Abschlagslinie so definieren, dass alle drei oben gezeigten Varianten möglich sind
- Falls dies nicht möglich ist Bänke neu justieren



# Canyon



## Material:

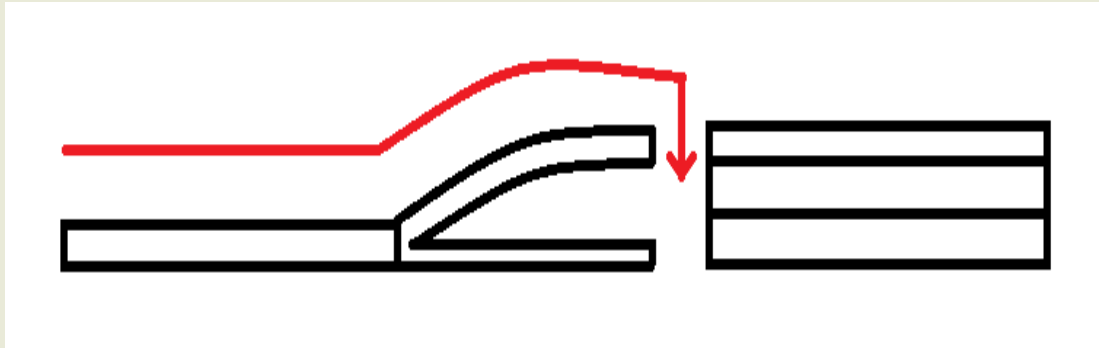
- 3 kleine Kästen
- Ziel (Öffnung/Ring etc.)
- Blatt oder Kreppband (Markierung Abschlag)
- Event. kleine Matte als Bande

(Spiel-)Schwierigkeit	Aufbaukomplexität
2	2

## Aufbau:

- Ziel definieren und Abschlag in 6 m bis 6,5 m Entfernung zum Ziel markieren
- zwei Kästen auf einer Seite ca. 1 m voneinander entfernt aufstellen
- Der dritte Kasten wird zwischen den beiden Kästen so aufgestellt, dass eine ca. 0,5 m große Gasse entsteht

# Vulkan



## Material:

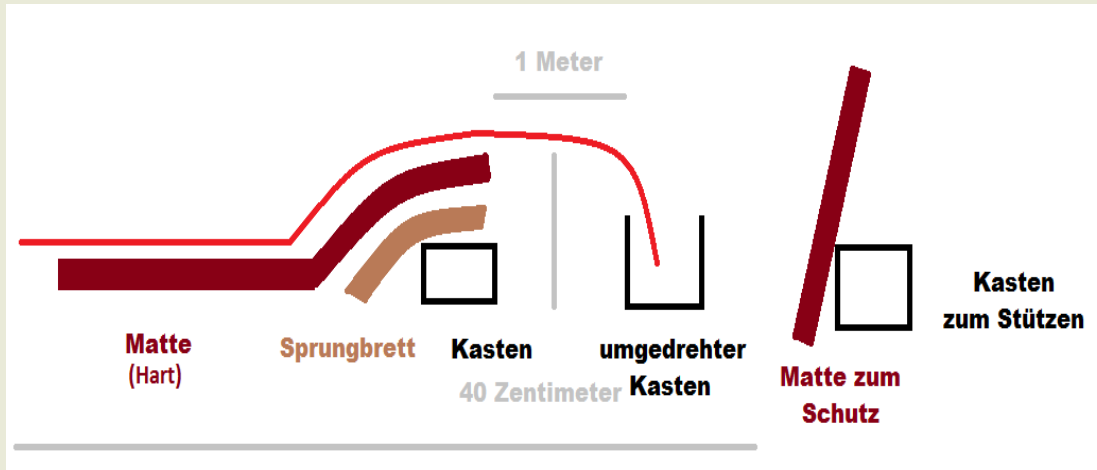
- Sprungbrett
- 3-4 Matten
- Blatt oder Kreppband (Markierung Abschlag)

(Spiel-)Schwierigkeit	Aufbaukomplexität
2	3

## Aufbau:

- Sprungbrett platzieren und Matte davor legen; **Achtung:** Spalten und Höhenunterschiede zwischen Matte und Brett vermeiden!
- Gegenüber des Sprungbretts so viele Matten aufeinanderstapeln, sodass sie in etwa dieselbe Höhe wie das Sprungbrett haben
- Die Größe des Spalts zwischen Brett und Matten definiert die Schwierigkeit

# Schanze



## Material:

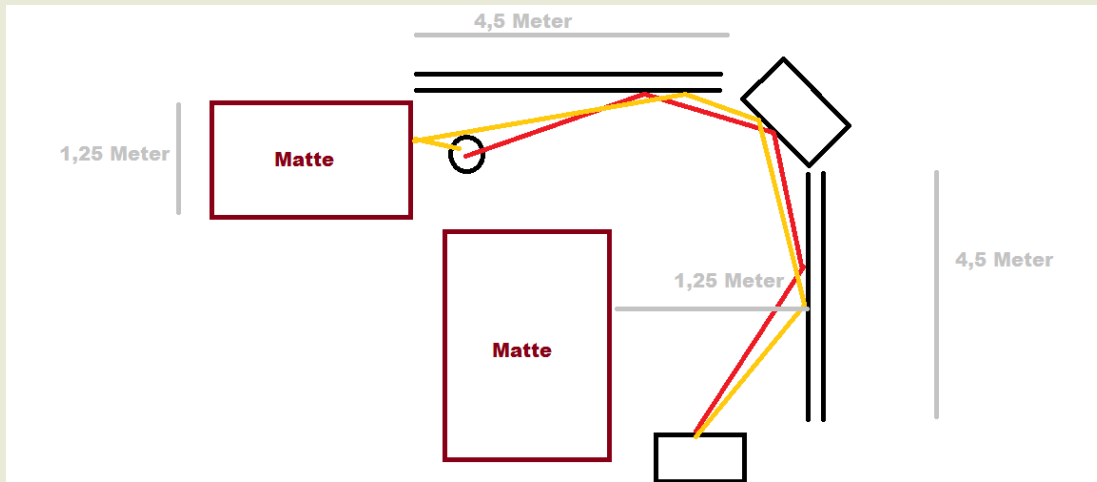
- 2-3 kleine Kästen
- 2-3 Matten
- Sprungbrett
- Blatt oder Kreppband (Markierung Abschlag)

(Spiel-)Schwierigkeit	Aufbaukomplexität
2	3

## Aufbau:

- Sprungbrett mit federnder Seite auf kleinen Kasten stellen und eine harte Schaumstoffmatte darüber legen; zweite Matte davor legen; Spalten vermeiden!
- in 40 cm Entfernung zum Sprungbrett einen umgedrehten kleinen Kasten platzieren
- Weitere Matte hinter dem umgedrehten Kasten platzieren und diese stabilisieren (weiterer Kasten oder Wand)

# Um's Eck



## Material:

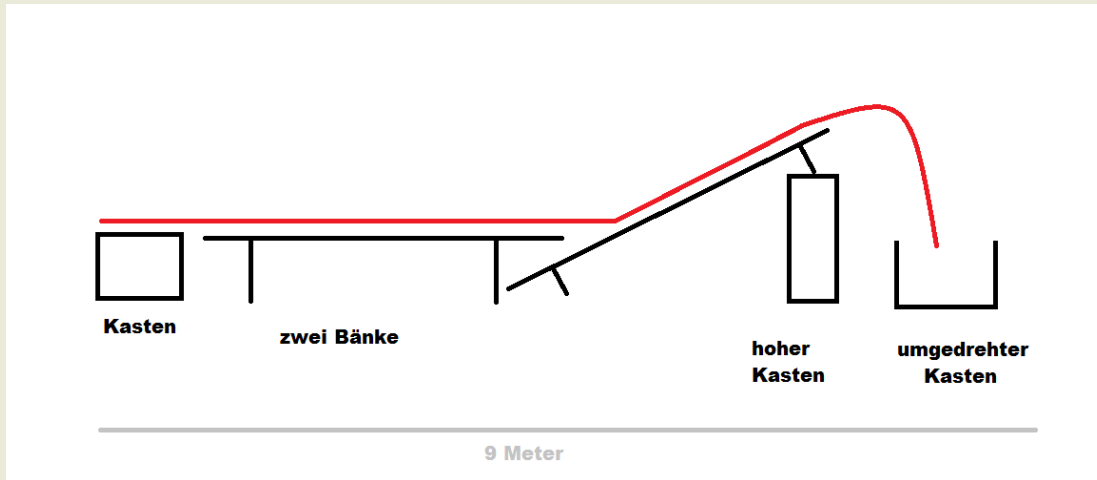
- 2 Bänke
- 2 Matten
- 1 kleiner Kästen
- Ziel (Öffnung/Ring etc.)
- Blatt oder Kreppband (Markierung Abschlag)

(Spiel-)Schwierigkeit	Aufbaukomplexität
3	3

## Aufbau:

- Bank mit der Sitzfläche nach links gekippt hinlegen; zweite Bank im 90° Winkel in einiger Entfernung zur ersten mit der Sitzfläche nach vorne zeigend platzieren
- Kleinen Kasten mit der Lederseite nach innen zeigend im 45° Winkel zwischen den Bänken platzieren
- Matten o.ä. in ca. 1,25 Metern Entfernung zu den Bänken platzieren.
- Anfangs- und Zielfeld definieren

# Gebirgslauf



## Material:

- 2 Bänke
- 1-2 kleine Kästen
- Blatt oder Kreppband (Markierung Abschlag)
- Event. Sprossenwand

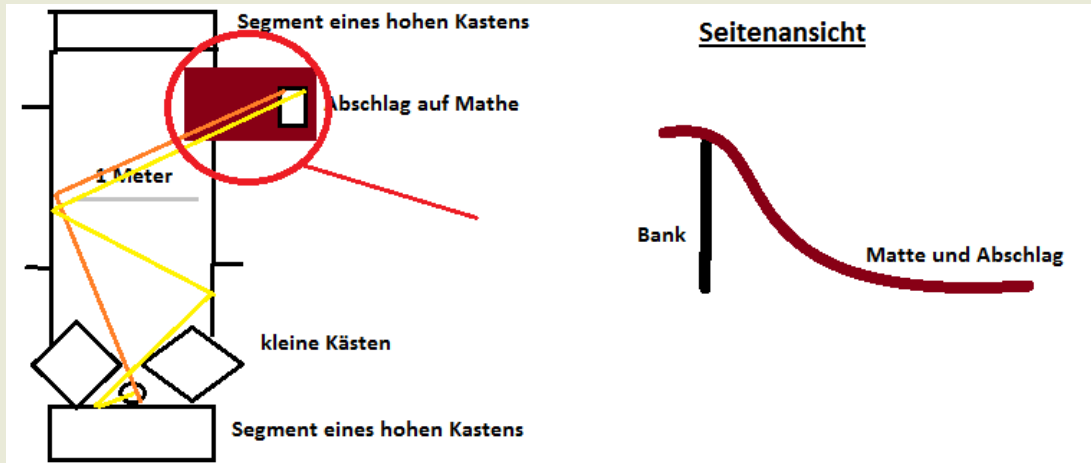
(Spiel-)Schwierigkeit	Aufbaukomplexität
3	3

## Aufbau:

- Bank hinstellen und Kasten als Trittfläche daneben stellen
- Zweite Bank mit einem Ende auf einen hohen Kasten stellen
- Umgedrehten Kasten dahinter stellen (Entfernung kann variiert werden)

**Tipps:** Anstelle des umgedrehten Kastens kann, falls vorhanden, die zweite Bank auch in eine Sprossenwand eingehängt werden.

# Pinball



## Material:

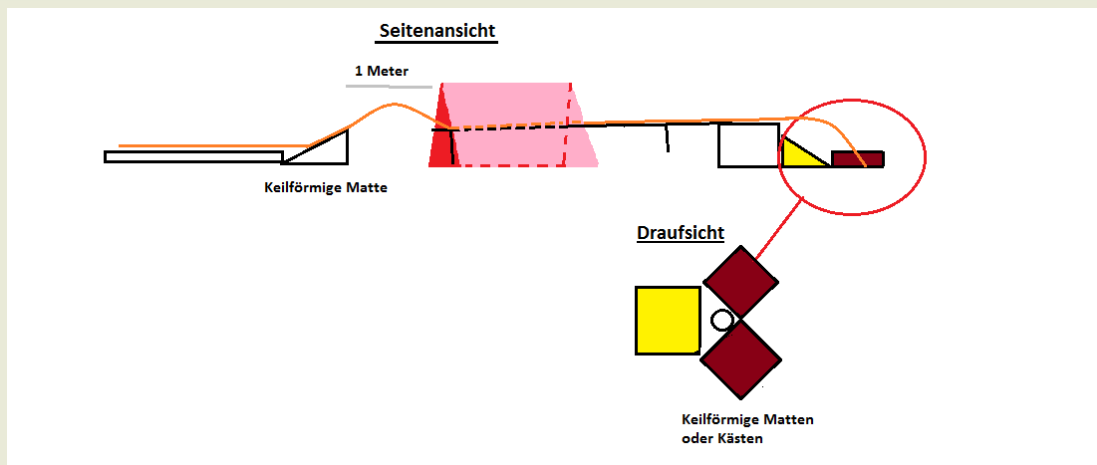
- 2 Bänke
- 2 kleine Kästen
- Blatt oder Kreppband (Markierung Abschlag)
- 2 Segmente eines hohen Kastens
- Matte

(Spiel-)Schwierigkeit	Aufbaukomplexität
2	3

## Aufbau:

- 2 Bänke in einem Abstand von einem Meter aufstellen
- Matte über eine der Bänke legen
- Die beiden kleinen Kästen so hinlegen, dass in der Mitte ein ca. 20-30 Cm großer Spalt entsteht und Ziel dahinter definieren
- Die beiden Segmente der hohen Kästen an die beiden offenen Seiten stellen

# Die lange Bank



## Material:

- 1 Bank
- 2 keilförmige Matten
- Blatt oder Kreppband (Markierung Abschlag)
- 1 kleiner Kasten
- 5 Matten

(Spiel-)Schwierigkeit	Aufbaukomplexität
2-3	3

## Aufbau:

- Ziel definieren und die Matten (o.ä) so platzieren, dass um das Ziel ein Dreieck entsteht
- Kasten davor stellen und Bank darauf platzieren
- Am Ende der Bank Matten links und rechts derselben platzieren
- Matte und Keil ca. 1 Meter vor der Bank platzieren.

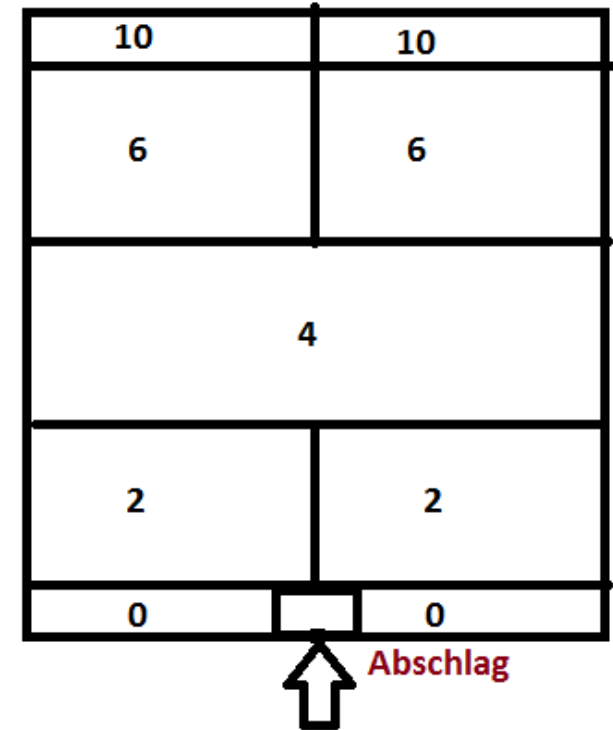
# Spiel „Bälle versenken“

## Aufbau:

- Volleyballfeld o.ä. auf dem Hallenboden
- Den einzelnen Feldern Punkte zuordnen (z.B. wie in der Abbildung)

## Regeln:

- Jeder Spieler hat eine vorher festgelegte Anzahl an Schlägen
- Die Punkte ergeben sich durch die Wertigkeit des Feldes, in dem der Ball liegen bleibt; diese Punkte werden zusammengezählt.
- Verlässt der Ball das Spielfeld wird dies mit Null Punkten bewertet
- Der Spieler mit den meisten Punkten gewinnt





# Spiel „Mini-Boule“

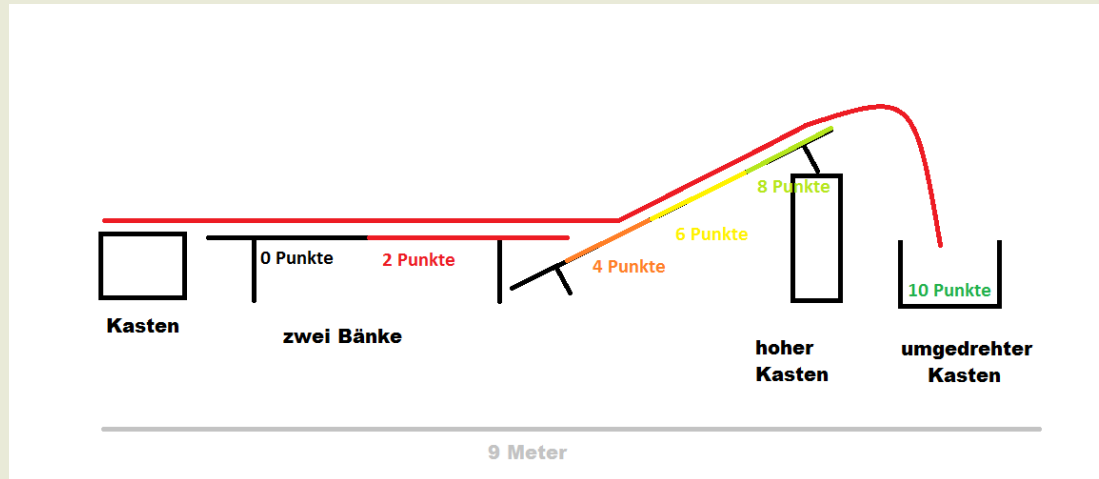
## Aufbau:

- In einem vorher festgelegten Feld verschiedene Materialien willkürlich verteilen
- Abschlag und Ziel (Kegel, Flasche etc.) definieren

## Regeln:

- Ziel dieses Spiels ist es, immer möglichst nahe an das Ziel heran zu spielen
- Dieses wird 5-10 Schritte entfernt platziert
- Wer am nächsten dran liegt bekommt 3, wer am zweit-nächsten dran liegt 2 und wer am dritt-nächsten dran liegt einen Punkt
- Das Ziel wird zum Abschlag und der Gewinner der Runde definiert ein neues Ziel in einem Umkreis von 5-10 Schritten
- Der Spieler mit den meisten Punkten gewinnt

# Spiel „Gebirgslauf“



## Aufbau:

- s. Gebirgslauf
- Mit Kreppband Felder abtrennen

## Regeln:

### Variante 1 (Anfänger)

- Gezeigte Variante zum Richtungstraining
- Spieler erhält Punktzahl entsprechend dem Feld in dem der Ball „stoppt“ oder die Bank verlässt

### Variante 2 (Fortgeschrittene)

- Ohne umgedrehten Kasten
- Punkte je nach Feld an dem der Ball „stoppt“
- Bei Verlassen der Bank (im Aufstieg) keine Punkte