

--TECHNIQUE--

La Concentration

- Quand on a assimilé le B.a-ba du bowling et digéré la partie technique (la plus importante) on peut se lancer sereinement dans le domaine de la compétition.

- Cependant, là encore, des éléments complémentaires viennent troubler nos acquis. Il s'agit de l'importante de la compétition (Pression), de notre forme physique (bonne ou pas), du comportement de chaque joueur pendant le tournoi (règle de priorité sur les pistes), du lieu où se passe le tournoi et de l'état de l'établissement dans lequel on joue (à domicile ou pas) et surtout de notre motivation (Concentration).

- J'insisterai donc plus sur l'état de concentration de chaque joueur qui doit être optimal avant et pendant le lancer de la boule. Se rappeler de la position à prendre impérativement (comme à l'entraînement), se caler rigoureusement au pied et ne pas quitter des yeux la flèche de passage (référence). Prendre une bonne inspiration/expiration et se lancer SANS COURIR sur l'objectif. Une arrivée stabilisée sur sa jambe d'appui est impératif si l'on veut que le reste de la gestuelle soit parfaite. Dans le même temps, et juste après le lâcher, il est également impératif de « visionner » la trajectoire de la boule jusqu'à son arrivée pour pouvoir immédiatement diagnostiquer l'erreur commise et y remédier.
- Si le strike n'est pas obtenu à la première boule, il faut aussitôt vérifier quelles sont la ou les quilles qui restent en place et se matérialiser immédiatement la position à prendre pour « « fermer » » Pendant cette période.....NE PAS PARLER, au besoin changer de boule. Dès que possible se remettre dans sa bulle et procédez à la fermeture.
- Entre chaque FRAME, vous obliger à occuper un des sièges libres, lâcher la pression respiratoire, s'alimenter, prendre note des observations de nos camarades, éventuellement glisser un TAPE dans la boule pour un meilleur maintien de celle-ci. TOUT a une importance. Ne pas chercher à expliquer un rate.....tout le monde l'a vu.
- Pendant que les camarades jouent, observez la réaction de leurs boules. Leurs comportements doivent vous alerter sur le transfert d'huile qui s'effectue au fur et à mesure et vous orienter sur « « la ligne de jeu » » que vous allez devoir adopter à votre tour. NE PAS S'ENTETER à vouloir jouer en « « 23 / 13 » » si vous constatez que tout le monde va dans la rigole. Si vous pensez avoir trouvé « « le rail » » il sera que de courte durée au fur et à mesure de la partie. Si besoin et sans attendre optez pour une ligne de jeu différente réalisée à l'entraînement, éventuellement changez de boule de strike (A condition d'en avoir une autre??)
- Si vous ne jouez qu'en boule de STRIKE ou en boule de SPARE (y compris pour les fermetures) optez immédiatement pour des décalages au pied et/ou sur la latte de passage en appliquant le principe des SYSTEMES travaillés à l'entraînement. L'à peu près ne vous servira pas !!!!!!!
- En équipe....on joue pour « « le bien de l'équipe » » et c' est important.

EN CONCLUSION : Je dirai que le bowling, comme tous sports pratiqués en mode compétition, demande également une rigueur de tous les instants. Ce n'est qu'à ce prix que nous verrons nos moyennes augmenter. Le tout sera ensuite d'y rester.

BONNES BOULES A TOUS LES LECTEURS