

Jonglier-Anleitung zum Online-Workshop

© 2020 Burkhard Schmidt

DER GROSSE BAGATELLO



Seminarunterlagen nur für Teilnehmer*innen - © Copyright Burkhard Schmidt

Schritt 1

Das Halten eines Jonglierballs:



Am besten hältst Du den Jonglierball in der Hand mit allen Fingern und dem Daumen. Diese Haltung bleibt bis zum Abwurf bestehen und wird auch nach dem Auffangen wieder eingenommen. Sie ist vergleichbar mit einer „Tasse“ in welcher der Ball liegt. Durch das Umschließen des Jonglierballs behältst Du die Kontrolle über den Ball und kannst die Wurfrichtung bestmöglich steuern.



Beim Abwurf öffnest Du die Hand. Diese Position nenne ich „Untertasse“. Der letzte Berührungspunkt des Balles ist zwischen der Lebenslinie und den Fingerwurzeln der mittleren Finger. Auch das ermöglicht Dir das genaue Steuern der Wurfrichtung.

Die Ebenen:



Die Home-Position:

Deine Arme winkeln sich um 90°, Deine Fingerspitzen zeigen mit den Handflächen nach oben nach vorne. Es ist so, als ob Du ein Tablett trägst. Deshalb nennt man es die Tablettebene. Eine zweite Ebene ist die Wandebene. (ohne Bild)

Stelle Dir vor Du stehst mit einem Abstand von 50 cm vor einer Wand. Das hilft Dir später die Bälle nicht zu weit nach vorne zu werfen.

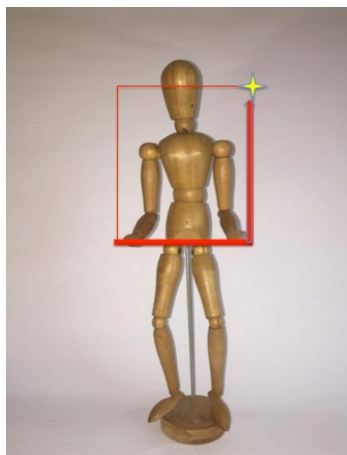


Das Fenster:

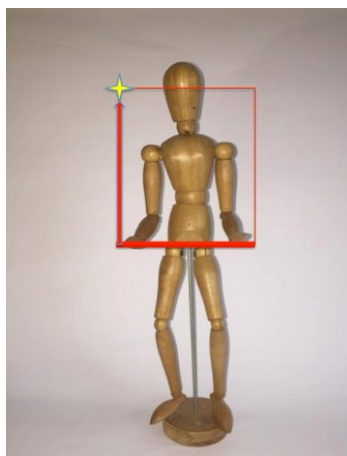
Stelle Dir nun vor Deinen Augen einen Fensterrahmen vor.
Deine Hände bilden die unteren beiden Punkte des Rahmens, genau darüber etwa Stirnhoch befinden sich die oberen beiden Punkte.

Schritt 2

Der erste Wurf



Nimm vorerst nur einen Ball. Nimm ihn in Deine stärkere Hand (Tasse). Werfe ihn nun zu dem Punkt genau darüber (Stern im Bild). Hebe dabei den Arm nicht zu sehr. Beim Abwurf öffne die Hand (Untertasse). Wenn der Ball herunterkommt, fange ihn an der unteren Position wieder auf. Die Hand wird erneut zur „Tasse“.
Übe das, bis Du den Punkt genau ansteuern kannst.

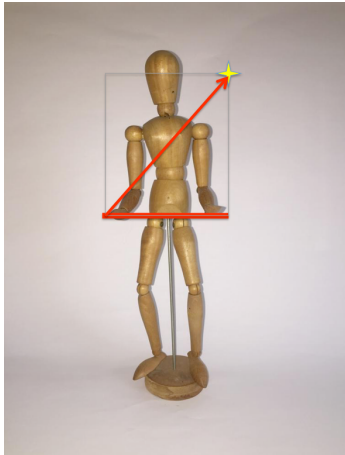


Seitenwechsel

Übe das nun auch mit der anderen Hand. Evtl. übst Du mit dieser Hand sogar ein wenig mehr, damit sie genauso gut arbeitet, wie Deine „stärkere“ Hand.

Schritt 3

Das Jongliermuster



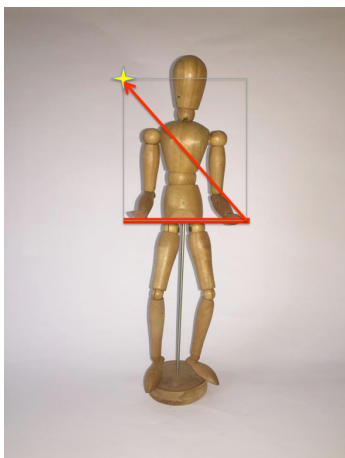
Der Diagonal Wurf 1

Jetzt lernst Du den grundlegenden Wurf für die 3-Ball-Jonglage!

Du wirfst den Ball von unten rechts nach oben links (oder von unten links nach oben rechts).

Wenn der Ball von dort herunterfällt, fängst Du ihn mit der anderen Hand auf. Nun hat der Ball die Hände gewechselt.

Wenn Du ihn mit der anderen Hand gefangen hast, werfe ihn **nicht** sofort zurück, sondern kontrolliere erst: Ist die Hand zur „Tasse“ geworden? Denn nur, wenn Du ihn wieder fest unter Kontrolle hast, kannst Du den nächsten Wurf genau ausführen.



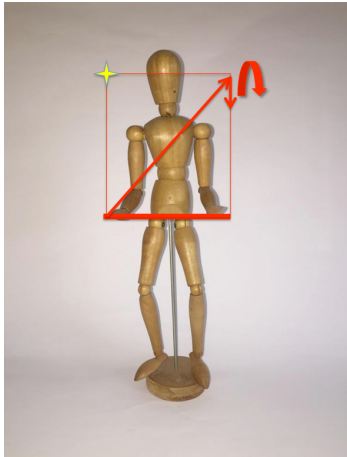
Der Diagonal Wurf 2

Jetzt wirfst Du den Ball von der Fängerhand über die Diagonale zur anderen Hand zurück.

Auch hier schaust Du, dass Du den Ball sicher in der „Tasse“ gefangen hast.

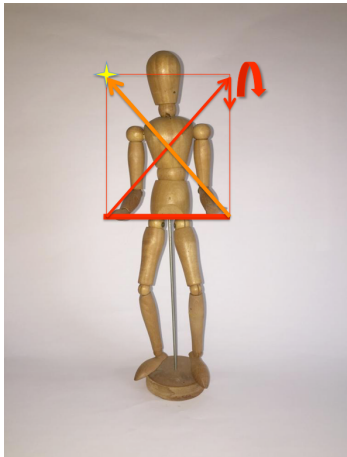
!! Viele Personen, die Jonglieren lernen, unterliegen hier einer Gewohnheit, die Du Dir unbedingt abgewöhnen musst! Und zwar, darfst Du den Ball nicht unten auf der Tablettebene in die andere Hand „überreichen“. Die Bälle werden **immer** diagonal über die **oberen** Punkte von einer Hand in die andere **geworfen**. **!!**

Zwei Bälle



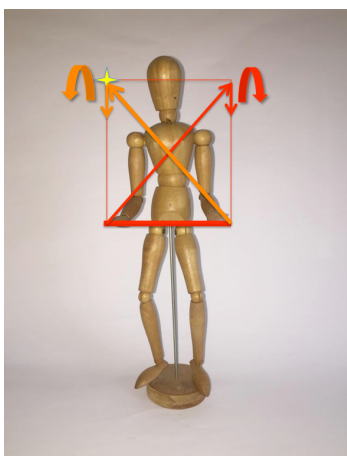
Jetzt wird es spannend!
Nimm in jede Hand einen Ball.

Werfe den Ball aus Deiner stärkeren Hand zu dem diagonalen oberen Wendepunkt.
In dem Moment in dem er dort angekommen ist...



...wirfst Du den Ball aus der anderen Hand unter dem herabfallenden Ball diagonal zu gegenüberliegenden oberen Wendepunkt.

Achtung: Werfe wirklich erst, wenn der erste Ball anfängt herabzufallen. Das verschafft Dir später die Zeit für den dritten Ball.



Dann fängst Du beide Bälle nacheinander auf.
Es entsteht ein gleichmäßiger Rhythmus.

Werfen / werfen / fangen / fangen.

Wenn Du beide Bälle gefangen hast, halte kurz inne, schau, wo Deine Fanghände gelandet sind (zu weit außerhalb, nach vorne gestreckt...?) Sie sollten wieder an den Ausgangspunkten des „Tablets“ sein. Eigentlich kannst Du jetzt schon jonglieren, denn es ändert sich nichts mehr, bis auf... dass der dritte Ball dazu kommt.

Der dritte Ball



Um das Jonglieren mit drei Bällen zu bewältigen, musst Du zwei Bälle in einer Hand halten können.

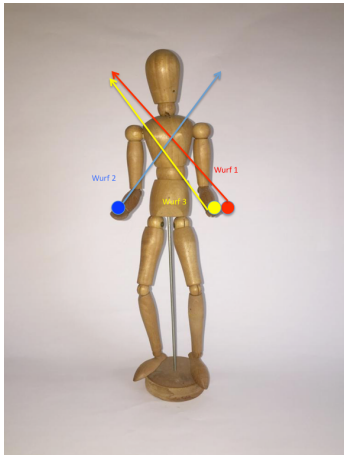
Nimm Deine stärkere Hand und halte einen Ball mit Daumen, Zeige- und Mittelfinger.

Den weiteren Ball hältst Du zwischen Handballen, dem Ringfinger und dem kleinen Finger.

Übung:

Du wirfst zuerst den vorderen Ball zum diagonalen oberen Punkt. Wenn er dort ist, wirfst Du den anderen Ball. Achte darauf, dass Du fähig bist, beide Bälle nacheinander gleich hoch zu werfen.

Das Drei-Ball-Muster



Nun hast Du alles gelernt, was Du zum Jonglieren mit drei Bällen brauchst.

Halte mit Deiner stärkeren Hand zwei Bälle und in der anderen einen.

Es beginnt immer die Hand mit den zwei Bällen. Werfe den vorderen diagonal zum gegenüberliegenden Punkt. Wenn er anfängt runter zu fallen, wirfst Du den Ball aus der anderen Hand. Wenn dieser anfängt herunter zu fallen, wirfst Du den dritten. Es ändert sich also nichts gegenüber dem Zwei-Ball-Muster.

Die Hände werfen nun immer abwechselnd.

Gratulation!

Jetzt wünsche ich Dir viel Spaß beim Üben. Für Fragen wende Dich gerne an mich.

Burkhard Schmidt

DER GROSSE BAGATELLO

www.bagatello.de www.profi-zauberei.de

Mail: info@bagatello.de

Phone: +49 221 977 2122