

Name:

Trainingsplan Schwer

vor dem Spiel 15-20 Min aufwärmen!

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	B
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	---

Punkte

Je drei Darts auf Doppel. Pro Doppel 2 Punkte

Maximale Punkteanzahl

126

120	119	118	117	116	115	114	113	112	111	110	109	108	107	106	105	104	103	102	101
-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----

100	99	98	97	96	95	94	93	92	91	90	89	88	87	86	85	84	83	82	81
-----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----

80	79	78	77	76	75	74	73	72	71	70	69	68	67	66	65	64	63	62	61
----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----

Punkte

Check die vorgegebenen Zahlen mit drei Darts Double OUT.

Maximale Punkteanzahl

300

Pro Check 5 Punkte, Chance auf das Doppel 1 Punkt

170	167	155	164	161	160	158	157	156	155	154	153	152	151	150	149
-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----

148	147	146	145	144	143	142	141	140	139	138	137	136	134	133	131
-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----

Punkte

Check die vorgegebenen Zahlen mit max. sechs Darts Double OUT.

Maximale Punkteanzahl

320

mit 3 Darts = 10 Punkte	mit 5 Darts = 4 Punkte
mit 4 Darts = 6 Punkte	mit 6 Darts = 2 Punkte

41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52
----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----

Check die vorgegebenen Zahlen mit drei Darts auf der Doppel 16/8/4 oder 2 aus

50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	65
----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----

Check die vorgegebenen Zahlen mit drei Darts auf der Doppel 20/10 oder 5 aus

Punkte

Pro Check 5 Punkte

Maximale Punkteanzahl

120

20	19	18	18	19	20	20	19	18	18	19	20	20	19	18	18	19	20
----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----

Punkte

Je einen Dart auf das vorgegebene Segment. Single = 1P. Triple = 3P.

Maximale Punkteanzahl

54

Bei einem Fehler ist die Serie nicht zu werten!

Gesamt Punkte:



Zoran Lerchbacher

GOOD DARTS !