

## Hier noch einige landestypische Sportarten

**Klootschießen:** Kloote sind bleigefüllte Holzkugeln, die nach einem kurzen Anlauf über eine Rampe mit einer komplizierten Wurftechnik weit geschleudert werden. Klootschießen ist nicht so leicht zu erlernen. Im Feldkampf spielen 2 Mannschaften gegeneinander. Ähnlich wie beim Bosseln wird der Auslauf der Kugel, der Trüll, mitgezählt. Beim Standkampf zählt nur die reale Wurfweite der Teilnehmenden. Der beste Zeitpunkt für diesen Sport ist traditionell der Winter, da die Wettkämpfe ursprünglich auf den Feldern ausgetragen wurden, die dann hart gefroren waren. Früher haben die Friesen mit gebrannten Lehmklumpen, den Klooten, den Römern Beine gemacht, heute werfen ihre Nachfahren mit bleigefüllten Buchenholzkugeln Rekorde. Der Ostfrieser Gerd Gerdes ist zur Legende geworden, als er den Kloot 1935 über die 100 Meter-Marke warf. Erst 50 Jahre später gelang es, den Rekord zu brechen. Zurzeit liegt die Rekordweite bei 106,20 Metern, 1996 von Stefan Albarus geworfen, ebenfalls ein Ostfrieser.

**Pultstockspringen :** Der Pultstock hat viele Namen. Je nach Region heißt er auch Pullstock, Paddstock, Fierl oder Polsstok. Er ist eine 3 bis 5 Meter lange Stange mit einer Scheibe am unteren Ende, die das Einsinken in den Schlamm verhindern soll. Mit diesem Pultstock gilt es nämlich, möglichst breite Gräben zu überwinden. Ursprünglich nutzten die friesischen Bauern den Pultstock, um die zahlreichen Wassergräben zu überwinden. Heute ist das Pultstockspringen für die deutschen Friesen lediglich ein großer Spaß und eine Touristenattraktion. In den Niederlanden gibt es dagegen Wettbewerbe und sogar eine jährliche Nationale Fierljep Manifestation, die niederländische Meisterschaft im Pultstockspringen. Der Rekord liegt bei 17 Metern.

**Kreierrennen:** Bekannter ist das Kreierrennen unter dem Namen Schlickschlittenrennen. Mit einem Knie auf einem speziellen Holzschlitten und dem anderen Bein im Schlick wird der Kreier in Schwung gebracht. Mehrere Mannschaften mit 4 Läufer/inne/n treten gegeneinander an, wer am schnellsten eine bestimmte Staffel-Strecke im Watt überwunden hat. Mit dem Kreier fuhren die Fischer des Wattenmeeres früher zu ihren Reusen. Heute dient der Schlitten in erster Linie dem Spaß. Den Schlickschlittenfahrerinnen und -fahrern, die schlammbespritzt um den ersten Platz ringen, geht es weniger um sportliche Herausforderung als um den Spaß, den Mitwirkende und Zuschauer/innen an dem im Sommer stattfindenden Spektakel haben. Bekannt sind die Schlickschlittenrennen an der Bohrplattform Dyksterhusen bei Jengum und besonders in Diekskiel bei Pilsum. Hier starten die Gruppen mit phantasievollen Verkleidungen, weshalb das [Pilsumer Schlickschlittenrennen](#) auch „Karneval im Watt“ genannt wird.

# Der Friesensport " Boßeln " auf ostfrieslands Straßen



Boßeln - Was ist das?

Trotz der vielen Ähnlichkeiten mit anderen Sportarten (Kegeln, Bowling, Boccia usw.) trifft kein Vergleich die Eigenart des Boßelsports. Boßeln ist ein traditioneller friesischer Volkssport getreu der Devise:

**Toerst lehrnt en Freesenjung dat Lopen glieks Dorna aber al dat Boßeln.**

**(Zuerst lernt der Friesenjunge das Laufen gleich danach aber schon das Boßeln).**

Ursprung des Friesenspiels ist das Klootschießen. Wegen der schwierigen Technik wird dieser Sport nur von relativ wenigen betrieben. Dagegen hat sich das Boßelspiel im Laufe der letzten Jahrzehnte über die alten Verbreitungsgebiete hinaus zum Volkssport Nr. 1 im Weser -Ems - Gebiet entwickelt. *Die unkomplizierte Technik erlaubt auch ungeübten Werfern aller Altersklassen, ohne Kostenaufwendige Vorbereitung, an einfachen Wettkämpfen teilzunehmen. Ziel eines jeden Werfers ist es, die größtmögliche Weite zu erzielen, eine bestimmte Strecke mit möglichst wenig Würfeln zu durch werfen.*

*Als Wurfstrecke werden dabei Straßen mit behördlicher Genehmigung benutzt.*

*Gespielt wird entweder mit Holz bzw Kunststoffkugel je nach Altersklasse von 10 bis 12 cm Durchmesser oder auch mit einer Gummikugel.*

*Um 1900 wurde der Kloot aus dem harten Wurzelholz der Weißbuche gedrechselt.*

*Es folgte eine Zeit, in der der Kloot fast ausnahmslos aus dem sehr widerstandsfähigen und selten zerspringenden Pockholz gefertigt wurde.*



Haben sie Fragen

oder

möchten sie auch einmal

bosseln?



Boßelverein " Good voran " Emden

Klaus de Grave:

eMail [klausdegrave@ewetel.net](mailto:klausdegrave@ewetel.net)

Telefon: 04921/42265

Hompage: [www.good-voran.de](http://www.good-voran.de)



*Lüch up un fleu herut! / Hannes Flessner*

Moder, do mi den Pockholter her un ok mien  
Flüchterkloot, wi fragen nich na Wind und  
Wäär, dat sit uns so in ´t Blood.  
Lüch up un fleu herut! Hier uu an un denn  
liekut! Lüch up an un denn liekut!

Singt up ´t Gröönland de kalte Frost, denn  
hett ´erst richtig Art! De Käklers un Mäklers,  
de hemm so ´n Dörst un brengen uns in Fahrt!  
Mennigeen deit ´n düchtigen Schööt un word d´  
rein bi düll - Hauptszaak, he kummt noch aver  
d´Gööt un hett ´n gooden Trüll!

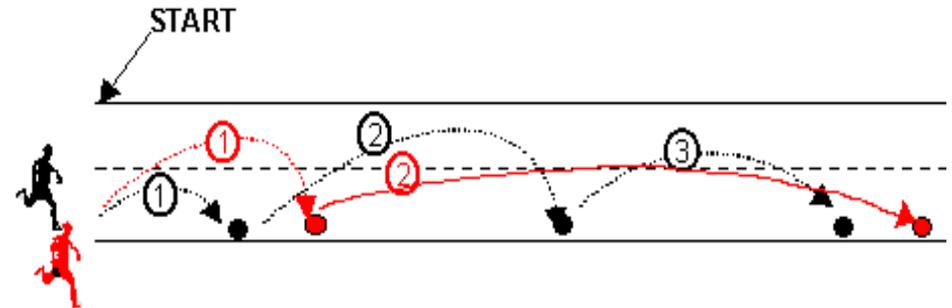
Moder, do mi den Pockholter her un ok mien  
Flüchterkloot, wi fragen nich na Wind und  
Wäär, dat sit uns so in ´t Blood.  
Lüch up un fleu herut! Hier uu an un denn  
liekut! Lüch up an un denn liekut!

´n richtigen Frees hett ´n Kloot vör ´d Döör,  
un wenn ut Isder is, man bäter is Holt mt wat  
Lot d´rdör, knap ´n Pund, dat is wiß.  
Ok bi ´t Boßeln in ´d Sömmertied, wenn  
d´Rogg un Hocken steiht, weet wi, dat uns  
Freesenspill sienoit nich unnergeiht!

Moder, do mi den Pockholter her un ok mien  
Flüchterkloot, wi fragen nich na Wind und  
Wäär, dat sit uns so in ´t Blood.  
Lüch up un fleu herut! Hier uu an un denn  
liekut! Lüch up an un denn liekut!

Die Spielregeln

*Die Werfer werden in Gruppen eingeteilt,  
in diesen Gruppen wird die Reihenfolge der Werfer  
festgelegt. Der Wettkampf beginnt mit dem Anwurf der  
beiden ersten Werfer einer jeden Gruppe.*



*Der zweite und die folgenden Werfer werfen in der  
Reihenfolge jeweils von dort, wo die Boßelkugel des  
vorherigen Spielers der eigenen Mannschaft liegen bleibt.  
Diese Stelle ist zu markieren. Sie ist gleichzeitig  
Abwurfstelle für den nächsten Werfer.*

*Dabei wirft immer der Werfer zuerst,  
dessen Boßelkugel zurück liegt.*

*Hat z.B. ein Werfer einer Mannschaft eine Weite  
vorgelegt die weder vom 2. noch vom 3. Werfer der  
gegnerischen Mannschaft erreicht wird,  
so verliert diese einen Wurf.*

*Es wird so in der Reihenfolge weiter geworfen und am Ende  
hat die Mannschaft mit den wenigsten Würfeln gewonnen.  
Diese Regelung wurde 2004 eingeführt.*

Die Technik

Die Technik des Bosselns ist mit anderen Wurfdisziplinen vergleichbar.

Der Werfer nimmt bei einem Bosselwurf einen ca. 20m langen Anlauf,

der mit einem Abwurf endet, bei dem die Bosselkugel geworfen wird.

Die Kugel wird hierbei in der gesamten Hand gehalten.

Während der Werfer langsam anläuft und im Laufe des Anlaufes schneller wird, wird der Wurfarm senkrecht am Körper gehalten.

Kurz vor dem Abwurf wird mit dem Wurfarm (am Körper entlang) weit nach hinten ausgeholt.

Im Moment des Absprungs wird der Wurfarm mit großer Geschwindigkeit und großem Kraftaufwand nach vorne geschleunigt,

um die Kugel mit einer hohen Geschwindigkeit zu werfen.

Der Bewegungsablauf ist vergleichbar mit dem des Kegeln, bloß ist beim Bosseln relevant, wie weit man die Kugel wirft (bzw.'rollt').

Genauigkeit ist natürlich auch sehr wichtig.

Beim Abwurf unterscheidet man die drei Wurfarten

liek ut Hand, över d´ Finger und över d´ Duum,

um die Kugel mit einen gewissen Drall zu werfen.

## Ein bisschen Plattdeutsch

Bahnwieser	Bahnweiser, Bahnanzeiger (Person, die vor dem Werfer steht <u>und die Richtung anzeigt</u> )
Boßel	Die Kugel für das Bosseln
Boßler	Die Person die den Boßelsport ausübt
Fleu herut	Flieg heraus
Flüchten	Die Entfernung vom Werfen bis zum Ersten Aufschlag der Kugel
He löpt noch	Er (die Kugel) rollt noch
Hier up an	Hierher
Käkler:	Zuschauer und Begleiter beim Bosseln und Klootschießen
Kloot	Boßelkugel
Klootscheeten	Klootschießen
Kraber	Hilfsmittel um die Boßelkugel im Graben zu finden und <u>herauszuholen</u>
Liek ut Hand	Wurfart gerade aus der Hand (bei Straßen ohne Gefälle)
Liek up mi an	Werfe gerade auf mich zu
Lüch up	Hebe auf
Lüch up un fleu herut!	Hebe auf und flieg weit hinaus (Schlachtruf der Friesensportler)
Mäkler	Bahnanzeiger
Över d Finger	Der Unterarm wird zum Körper hin Gedreht, die Kugel wird über den kleinen Finger geworfen, wobei die Kugel einen linksdrall erhält ( bei Rechtshändern)
Över d Duum	Der Kugel einen Rechtsdrall geben bei Rechtshändern
Schöt	Würfe, die auf der Boßelstrecke gezählt werden
Schloot	Graben

Was braucht man zum Boßeln

*Eine geeignete Straße, 2 Mannschaften,  
1 Paar Bosselkugeln  
und Lust sich mit Freunden zu treffen  
um an der frischen Luft Sport zu treiben.*

Wetterfeste Kleidung (Es wird auch bei Regen gebosselt).

Einen Lappen zum Trockenreiben,

oder eine Flasche mit Wasser zum Befeuchten der Kugel im Sommer.

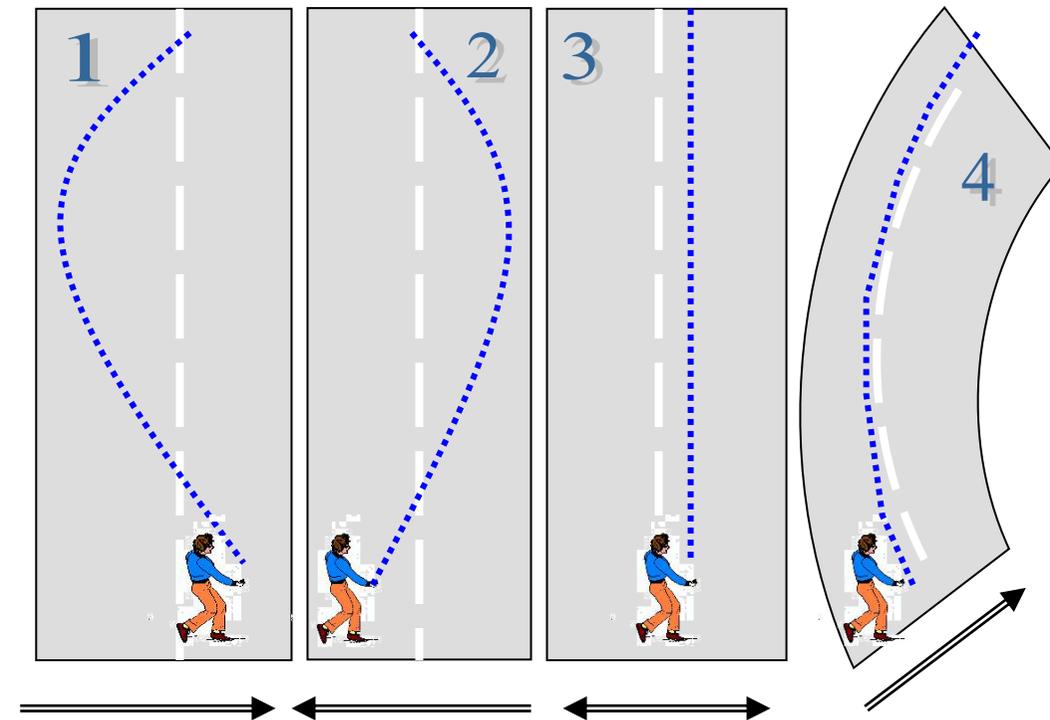
Weitere Ausstattung: **Boßelsucher** (Kraber)



**Hinweisschild:**  
Auf dieser Straße  
wird geboßelt .



Die Abwurfseite wird bestimmt durch die Straßenneigung.



**Wurfarten:**

- 1. „über dem Daumen“
- 2. „über dem Finger“
- 3. „gerade aus der Hand“

4. Besonders bei Kurvenwürfen ist es oft ratsam, den Wurf an der mittlere Fahrbahnmarkierung auszurichten.



Anlauf



schneller Anlauf erhöht die Wurfweite



Abwurf

gerade Haltung



gerader Arm



Wurfgeräte:

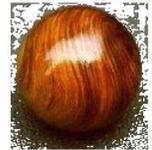
Auch die Materialien für die Herstellung **der Gummikugeln** haben sich geändert. Früher wurden die Kugeln mit einer Bleikugel, die von zwei zusammengeklebten Gummihälften umgeben war, hergestellt. Heute hat sich Weichgummistoff (scherzhaft „Flummy“ genannt) als Material durchgesetzt. Diese Kugeln sind flexibler und bringen größere Weiten. Auch die Farbe hat sich geändert. Früher waren die Gummikugeln schwarz, heute dominiert rot.



Jugend D + C Durchmesser 9,5 cm 780 Gramm  
Alle anderen

Klassen Durchmesser 10,5 cm 1100 Gramm

Als Ursprungsmaterialien für **die Holzboßeln** wurden das Holz des tropischen Gajakbaumes und der einheimischen Kirsche verwendet.



Im Friesischen Klootschiesser Verband ist nur noch **die Kunststoffkugel** zulässig und werden aus schwarzem Hartkunststoff hergestellt.

Jugend D + C Durchmesser 10,0 cm 710 g

Frauen, Jugend A+B Durchmesser 11,0 cm 950 g

Männer 4 +5 Durchmesser 11,0 cm

Männer 1 - 3 Durchmesser 12,0 cm 1220 g



Besondere Kugeln sind die: **Eisenkugeln**

Die Eisenkugeln bestehen ganz aus Eisen und ist das traditionelle Wurfgerät der Iren. Seit den 60er Jahren ist sie durch die internationale Zusammenarbeit auch in Deutschland als Wurfgerät anerkannt. Allerdings beschränkt sich dies nur auf Wettkämpfe von Einzelwerfern.

Mannschaftswerfen mit der Eisenkugel finden in Deutschland nicht statt.

