



Fachtagung 2014 „Bewegt ÄLTER werden in NRW!“

## **Gemeinsam - engagiert - mobil - fit - sportlich!**

Handout für den Workshop  
**Kubb, Möllky & Co.**

Workshop-Leitung  
Norbert Koch

*SPORT BEWEGT NRW!*

[www.lsb-nrw.de](http://www.lsb-nrw.de)



# 1. Informationen zum Thema

## KUBB

Bereits 5.200 Jahre vor unserer Zeit sollen die Menschen im alten Ägypten Kubb gespielt haben. Dies belegt eine altägyptische Grabkammer, deren Inhalt unter anderem das älteste bekannte Kubbspiele zu Tage brachte.



In Deutschland ist Kubb auch häufig als Wikingerschach oder Wikingerspiel bekannt. Der Ausdruck Wikingerschach resultiert daraus, dass die heutige Spielform sehr wahrscheinlich von den Wikingern gespielt und bekannt gemacht wurde.

In den folgenden Jahrhunderten gerieten die Wikinger und ihr Spiel in Vergessenheit.

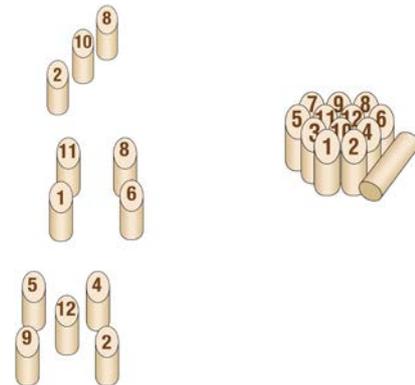
Wahrscheinlich wäre uns das Wikingerspiel heute nicht so bekannt und es würde nicht in vielen Parks in Deutschland gespielt werden, wenn sich nicht 1995 eine Gruppe Gotländer dazu entschieden hätte, den alten Wikingersport Kubb aufleben zu lassen. Sie entschieden auf der ehemaligen Heimatinsel der Wikinger eine Kubb Weltmeisterschaft auszurichten. Und es dauerte nicht lange bis sich aufgrund des besonderen Titels des „Kubb Weltmeisters“ das Spiel wieder großer Beliebtheit erfreute.

## MÖLKKY

Das Wurfspiel „Mölkky“ ist das weltweit meistverkaufte Freiluftspiel. Doch auch in der Sporthalle kann dieses Spiel durchgeführt werden.

Bei dem Spiel handelt es sich um zwölf hochkant stehende Spielhölzer, auf die mit einem Wurfholz geworfen wird. Ziel des Spiels ist es, exakt fünfzig Punkte zu erreichen.

Konzentration, Zielgenauigkeit, strategische Überlegungen und ein Schuss Risikobereitschaft zählen zu den Eigenschaften, die zum Erfolg führen.



## 2. Beschreibung der Inhalte

**Übung/Spiel:**            **Kubb**

**Ziel:**                        ***Spiel kennenlernen***

### **Kubb Spielregeln**

Nach der [Spielvorbereitung](#) (Aufbau des Kubb Spielfeldes und bestimmen, welche Mannschaft beginnt) kann gespielt werden. Zu Beginn des Spiels erhält die Mannschaft, welche anfängt, alle 6 Wurfhölzer. Diese werden unter dem Team aufgeteilt.

#### ***Die Wurftechnik***

Das Wurfholz muss an einem Ende gehalten und der Länge nach geworfen werden. Der Handrücken zeigt dabei nach vorne und der Stab wird von unten her nach vorne geworfen. Der Stab darf nicht in der Mitte gegriffen und geworfen werden. Ebenso ist es verboten, den Stab horizontal zu werfen. Auch rotierende Würfe sind im Spiel nicht erlaubt. Bei jedem Wurf sollte das Wurfholz die Hand des Werfers senkrecht verlassen.

#### ***Spielregeln***

Jedes Team versucht die Basiskubbs der gegnerischen Mannschaft mit den Wurfhölzern umzuwerfen. Alle Kubbs bleiben umgeworfen liegen, bis der letzte der 6 Wurfhölzer geworfen wurde. Nachdem das erste Team mit seinem Zug fertig ist, sammelt das Team B die Wurfhölzer und die umgefallenen Kubbs ein. Zuerst werden jetzt die umgefallenen Kubbs (auch Feldkubbs genannt) in die gegnerische Hälfte geworfen. Das gegnerische Team stellt die Kubbs dort auf, wo sie gelandet sind. Hierbei spielt es keine Rolle in welche Richtung die Kubbs aufgestellt werden. Wichtig ist hier nur, dass der Feldkubb, wenn er aufgestellt wird, sich noch in dem Spielfeld des gegnerischen Teams befindet. Sollte dies in einer Richtung nicht möglich sein, so muss der Feldkubb in die andere Richtung aufgestellt werden.

Wird ein Kubb nicht in das gegnerische Feld geworfen, sondern landet außerhalb, so ist dies ein Straf-Kubb. Die gegnerische Mannschaft darf diesen Kubb in der eigenen Spielfeldhälfte aufstellen, wo sie es will. Aber minimal eine Wurfholzlänge vom König oder von der Spielfeldbegrenzung entfernt.

#### **Tipps:**

- Die Kubbs sollten möglichst nahe an die Mittellinie geworfen werden, da dadurch die Distanz zum Umwerfen kürzer ist.
- Feldkubbs sollten alle auf eine Fläche zusammengeworfen werden, damit bei der nächsten Runde die Trefferquote höher ist.

## **Nächste Runde**

Anschließend versucht das Team B, die Feldkubbs wieder umzuwerfen. Dabei ist wichtig, zuerst die Feldkubbs abzuräumen und erst dann darf wieder auf die Basiskubbs, welche auf der Grundlinie stehen, geworfen werden. Fällt trotzdem ein Basiskubb, so wird dieser einfach wieder aufgestellt. Nachdem ist Team A wieder an der Reihe und sammelt zunächst alle umgefallenen Kubbs und wirft diese in die gegnerische Hälfte. Ist es Team B nicht gelungen, alle Feldkubbs in der zweiten Runde umzuwerfen, darf Team A bis zu dem Feldkubb vortreten, welcher dem König am nächsten steht. Ab jetzt wird nicht mehr von der Grundlinie aus geworfen, sondern von der Linie, die dieser Feldkubb bildet. Natürlich nur solange der Feldkubb bei der nächsten Runde noch steht.

## **Spielende**

Sind von einer Mannschaft alle Basiskubbs und Feldkubbs abgeräumt worden, so darf von der Grundlinie aus auf den König geworfen werden. Fällt dieser um, so hat die Mannschaft das Spiel gewonnen. Sollte aber unter dem Spielverlauf der König unabsichtlich von einer Mannschaft umgeworfen werden, so hat diese verloren, welche den König vorab schon getroffen hat.

Beim ersten Durchlesen der Kubb Regeln scheint das Spiel etwas kompliziert zu wirken, dem ist aber nicht so.

## **Organisatorisches**

Hinweise:

Zunächst sollte das Werfen geübt werden, bevor ein regelgerechtes Spiel durchgeführt wird. Dazu werden Zielobjekte wie Keulen, Markierungshütchen oder Medizinbälle aufgestellt. Das Werfen erfolgt aus verschiedenen Distanzen. Es können beim Üben auch kleine Spielaufgaben gestellt werden.

Materialien:

Ein Kubbspiele eignet sich für eine TN-Anzahl von bis zu 12 Spieler/-innen.

Alternativen:

- Statt Kubbs aus Holzklötzen werden Pylone (Markierungshütchen) oder Keulen verwendet. Da diese trotz Treffer nicht immer umfallen, kann auf ihre Spitze ein Tennisball gelegt werden. Wenn dieser hinunterfällt, gilt der Treffer als gültig. Statt mit Wurfstäben wird mit Sandsäckchen geworfen.
- Die Spielfeldgröße ist kleiner (ideal für Anfänger/-innen und Personen, die nicht gut treffen).
- Statt Kubbs aus Holzklötzen werden Keulen und statt Wurfstäbe Bälle verwendet. Die Keulen werden nun nicht abgeworfen, sondern abgekegelt (Bälle werden also gerollt).

## Übung/Spiel:      **Möllky & Co.**

Ziel:              Spiel kennenlernen

Beschreibung:

Möllky ist ein Wurfspiel aus Finnland für mindestens zwei Spieler, ähnlich dem französischen Boule oder dem italienischen Boccia, aber Möllky erfordert außerdem noch taktisches Geschick.

Das Spiel eignet sich für alle Menschen ohne Vorkenntnisse. Das Spiel ist für Kinder unter 3 Jahre nicht geeignet.

Möllky besteht aus 12 Stehhölzern und einem Wurfholz und kann prinzipiell mit einer beliebigen Anzahl an Teilnehmern gespielt werden – schön ist eine Teilnehmeranzahl zwischen 3 - 6 Personen.

Das Spiel wird im Freien (Garten, Park, etc.) gespielt. Zu Beginn wird zwar nur ein überschaubares Areal von ca. 2 x 4 m benötigt - da die gefallenen Spielhölzer jedoch an der Stelle wieder aufgestellt werden, an der sie nach dem Wurf liegen geblieben sind, ist eine Ausdehnung auf 10 x 15 m möglich. Dies bitte bei der Wahl des Spielortes berücksichtigen.

### **Spielanfang**

Zu Beginn des Spiels werden die zwölf Spielhölzer in einem Dreieck aufgestellt. Das Holz mit der Ziffer 1 bildet dabei die Spitze, die zur Wurflinie hin zeigt, danach folgen die Hölzer in aufsteigender Reihenfolge der Punktwerte.

Die Wurflinie ist 3 – 4 m vom Zieldreieck entfernt. Bei jedem Wurf werden die Trefferpunkte bewertet.

Jeder Spieler hat einen Wurf pro Runde. Beim ersten Spiel wird der Startspieler ausgelost. In den folgenden Spielen ist die Reihenfolge von den Ergebnissen der vorhergehenden Spiele abhängig; der schlechteste Spieler fängt immer an.

### **Punktzahl des Wurfes**

Das Spielziel ist, genau 50 Punkte zu erreichen.

- Fällt ein einziges Holz, erhält der Spieler die Anzahl an Trefferpunkte, die das jeweilige Holz repräsentiert (1 - 12).

- Fällt mehr als ein Holz, erhält der Spieler als Trefferpunkte die Anzahl der vollständig umgefallenen Spielhölzer (2 - 12). Kommen Hölzer hiervon jedoch auf anderen Hölzern zum Liegen oder stützen sich an anderen ab, so werden diese nicht als Trefferpunkte gewertet.

- Fällt kein einziges Holz, erhält der Spieler 0 Punkte und den Vermerk eines Fehlwurfes. 3 Fehlwürfe in Folge führen zum Ausscheiden des Spielers.

**Wichtig:** Als gefallen zählt ein Stehholz nicht, wenn es auf einem anderen Stehholz oder dem Wurfholz zu liegen kommt, oder wenn es sich anlehnt.

Nach dem Wurf eines Spielers werden die umgefallenen Hölzer genau an der Stelle wieder aufgestellt, an der sie nach dem Wurf zum Liegen gekommen sind, und zwar in der Weise, dass sie wieder zurück auf den Fuß gekippt werden. Anschließend ist der nächste Spieler am Wurf.

**Die Punkte** je Spieler und Runde werden addiert. Die Punkte werden abwechselnd von den Teilnehmern notiert - wenn ein Spieler wegen 3 Fehlwürfe aus dem Spiel ausscheidet, notiert er den Punktestand für die übrigen Spieler.



## Beenden des Spieles

Das Ziel des Spieles ist es, exakt 50 Punkte zu erreichen. Erzielt ein Spieler eine Punktzahl, die die Summe seiner Ergebnisse von 50 übersteigt, wird er auf 25 Punkte zurückgesetzt, spielt dann regulär weiter. Der Wurf wird nicht als Fehlwurf gewertet. Erreicht ein Spieler genau 50 Punkte, so hat er sofort gewonnen. Die verbleibenden Spieler können die weitere Rangfolge dann gerne weiter ausspielen.

### Organisatorische

**Hinweise:** keine

**Materialien:** zwei Möllky Spiele

# Literatur und Medien

## Kubb

### Regeln und Infos:

- ✚ <http://www.kubb-deutschland.de>
- ✚ [http://www.kubbaner.de/kubb\\_regeln.html](http://www.kubbaner.de/kubb_regeln.html)
- ✚ <http://de.wikipedia.org/wiki/Kubb>
- ✚ <https://www.xing.com/communities/posts/die-richtigen-kubb-regeln-1003023638>
- ✚ [http://www.kubb-spiel.ch/anleitung/Spielanleitung\\_kubbspiel\\_kubb\\_de.pdf](http://www.kubb-spiel.ch/anleitung/Spielanleitung_kubbspiel_kubb_de.pdf)

### Videos:

- ✚ <https://www.youtube.com/watch?v=EtsXjGwyh-0#t=17>
- ✚ <https://www.youtube.com/watch?v=iGD8oNaFgMw>

## Möllky:

### Regeln und Infos:

- ✚ <http://www.npv-info.de/typo3/index.php?id=61>

### Videos:

- ✚ <https://www.youtube.com/watch?v=gJAglyYgTI&list=UUjmv5spHLIqO3SaJ9aMQr6g>
- ✚ <https://www.youtube.com/watch?v=Zcii8DG2Esc>