

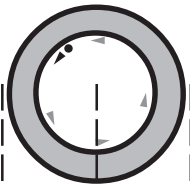
KURZ-ANLEITUNG TELLER JONGLAGE

Hier eine kurze Anleitung für die einfache Teller Jonglage. Die Teller Jonglage ist keine allzu komplizierte Sache und mit einiger Übung und Geduld werden Sie bald Erfolg haben.

IN SCHWUNG BRINGEN

Hängen Sie den Teller mit der Kante an die Spitze des Stabes. Der Stab wird ganz am unteren Ende gefasst. Jetzt machen Sie mit der Stabspitze eine kreisförmige Bewegung aus dem Handgelenk. Erst kleine Kreise und dann größere. Die Drehbewegung des Tellers wird dadurch erzeugt, das Sie die Stabspitze kreisförmig bewegen. Der Teller bleibt »drehend« an einer Stelle. Das heisst er hat wenig Abweichungen nach links, rechts, vorne oder hinten.

Auch in der Startphase wenn der Teller noch nicht waagrecht dreht und ein wenig »eiert« bleibt er »drehend« relativ an einer Stelle. Das Handgelenk und damit der untere Teil des Stabes bleibt die ganze Zeit ungefähr in der Mittelachse.



Teller von oben betrachtet



Klassischer Anfängerfehler: Häufig wird versucht die Drehbewegung des Tellers dadurch zu erreichen, dass der Teller um die Stabspitze gedreht bzw. geschleudert wird. Also nicht den Teller um die Mittelachse drehen.

UND RUHIG

Wenn der Teller erst einmal richtig in Schwung ist, ist der Rest ein Kinderspiel. Jetzt die Kreisbewegungen mit der Stabspitze beenden und den Stab auf der Mittelachse senkrecht halten. Und schon dreht sich der Teller in der Mitte.

Jetzt können Sie Kunststückchen machen. Den Stab schräg halten, den Teller hochwerfen oder wenn Sie zu zweit sind sich den Teller zuwerfen und mit dem Stab fangen. Ganz Mutige machen das mit zwei Tellern gleichzeitig.

Üben Sie mit Geduld weiter. Herzlichen Glückwunsch zur gekonnten Teller Jonglage.

Anleitung mit Kurzvideos im Internet unter: www.gert-schilling.de

