

Trouver la bonne ligne

GÉNÉRALITÉS

N.B.

Cette section fait généralement partie des instructions données aux joueurs sur le terrain et est plus facile à démontrer en personne qu'à expliquer par écrit. Cependant, je voulais la rendre accessible au plus grand nombre. En lisant attentivement ces points généraux, vous pourrez certainement choisir une section qui vous aidera à être plus constant dans vos choix de lignes.

Le Carnet de Notes

Le carnet de notes est simplement l'une des feuilles de pointage du club. Au verso, divisez la carte en deux moitiés (droite et gauche) et en trois sections de haut en bas : courte (21 à 25 m.), moyenne (25 à 30 m.) et longue (30 à 40 m.).

Référez-vous à la figure 2 et notez la ligne qui est la plus efficace pour ramener votre boule au centre de l'allée. D désigne le côté droit et G le côté gauche. Faites attention aux sections : il peut s'agir d'une D5 pour une ligne dans la section longue alors qu'il s'agira plutôt d'une D4 dans la section moyenne.

Notez tout ce qui peut vous aider à identifier votre LIGNE DE RÉFÉRENCE.

*** L'essentiel est de trouver votre LIGNE DE RÉFÉRENCE d'un côté. Je vous suggère de lancer vos quatre boules d'essais d'un seul côté. Cette stratégie vous permet de contrôler ce côté dès le début de la partie.**

En restant à l'arrière, observez les trajectoires des autres joueurs qui jouent de l'autre côté et notez-les temporairement.

Dans la partie lorsqu'on vous demandera de changer de côté, utilisez votre note temporaire plutôt que de chercher et hésiter. Jouez et ajustez votre note pour la prochaine boule de ce côté.

Routine : Étape cruciale

Tout le monde se plaint de manquer de régularité. Êtes-vous conscient que vous faites quelque chose de différent chaque fois que vous vous pointez sur le tapis ? Si vous voulez être constant, vous devez créer une routine identique à chaque lancer.

ROUTINE

1) Derrière le tapis

***Placez-vous derrière le tapis (entre 1 et 2 m.)**

***Adaptez votre vision. Sachez que vous jouez dans un rectangle de 120 pi. x 14 pi, soit 37 m. x 4,2 m.**

*** Concentrez-vous sur la zone où se trouve le cochonnet et les différentes boules (RUPERT EST EN TRAIN DE TRAVAILLER). Prenez votre temps, échangez des informations avec votre capitaine. Détendez-vous et respirez. Ne précipitez rien.**

*** Maintenant, précisez votre vision : vous jouez non seulement dans un rectangle, mais aussi dans un triangle inversé dont les deux diagonales mènent à chaque marqueur. La distance entre les deux marqueurs est de 14 pieds (fig. 1) au fond.**

Par contre, comme il s'agit de diagonales, la distance entre les deux lignes n'est plus que de 10 pi. (5 pi. chaque côté) lorsqu'elles traversent la zone de 25 à 32 m.

Cette façon de voir le terrain vous permet de diviser votre triangle en demi triangle avec 5 lignes de référence possibles chaque côté, avec un pied de distance entre chaque ligne. (fig.2)

D5-4-3-2-1 pour le côté droit et G5-4-3-2-1- pour le côté gauche.

***Utilisez ces diagonales pour trouver votre LIGNE DE RÉFÉRENCE.**

***Pour trouver votre LIGNE DE RÉFÉRENCE, commencez par déterminer vos cibles de visée et votre point de focalisation. Exemples : (Les marqueurs, l'endroit où votre boule tourne, une zone où le vert est d'une autre couleur, une tache à 3 m. devant vous, ou un point précis où vous déposez votre boule) (Rupert et Wally travaillent ensemble). Vous ne vous perdez pas dans vos pensées, vous travaillez simplement sur votre plan. Concentrez-vous sur votre vision.**

***REMARQUE : rappelez-vous que votre point de focalisation, votre cible de visée et le marqueur doivent être sur la même ligne, si votre ligne de référence est D5.**

Par contre si vous décidez que votre ligne de référence c'est D3, alors au fond vous n'êtes plus sur le marqueur mais bien 2 pi. à l'intérieur du marqueur à cause de la règle du 5 pi. chaque côté. Il faut alors faire les ajustements nécessaires le long de la ligne de référence.

Vous commencez à utiliser la visualisation... vous vous dirigez lentement vers le tapis dans la direction choisie, le regard fixé sur le vert devant vous. *Il est temps de finaliser votre plan.

Vous découvrez que votre vision peut se concentrer sur la moitié d'un triangle avec seulement 5 lignes de chaque côté (fig. 2).

2) Sur le tapis

***Imaginez une ligne qui contourne les obstacles. Croyez-y, restez concentré, ayez confiance et oubliez vos pensées.**

*** Concentrez-vous sur votre objectif (fig. 2). Ce n'est plus le temps de regarder toutes les boules dans la tête, ceci a déjà été fait.**

*** Prenez lentement votre posture. Alignez-vous avec le point de visée et le point de focalisation.**

C'est le temps d'arrêter de réfléchir. Vous exécutez un plan, pas une pensée. C'est silence à l'intérieur, et vous respirez.

3) La ligne de référence

*** Regardez une dernière fois l'endroit où vous voulez que votre boule s'arrête, en douceur, avec un regard apaisé. Laissez Rupert enregistrer les données, puis retrouvez votre point de focalisation et préparez-vous à laisser votre corps agir.**

*** Lors de votre lancer, gardez les yeux rivés sur le point de focalisation et vérifiez précisément où commence la trajectoire de votre boule, car c'est le point de départ crucial. C'est la ligne initiale qui guide chaque lancer suivant. (Ne regardez donc pas en direction de la tête après le lancer. Comme au golf, les yeux sur la boule sur l'endroit où commence la trajectoire.) C'est ce qu'on appelle la LIGNE DE RÉFÉRENCE.**

*** Surtout, essayez de rester accroupi pendant quelques secondes, car dès que la boule commence à rouler, vous devez vérifier qu'elle est bien alignée avec le marqueur ou tout autre point de visé. Une fois votre ligne de référence établie des deux côtés, ou même d'un seul côté, vous gagnerez en confiance car vous pourrez effectuer de petits ajustements (un ou deux centimètres) de chaque côté de votre point de focalisation et ainsi réaliser des lancers précis et réguliers.**

Dans votre carnet, notez les paramètres selon que vous jouez court, moyen ou long. En général, votre point de focalisation

restera le même ; c'est la vitesse ou la force de votre lancer que vous ajusterez.

Cependant, sur certaines allées, la boule peut se comporter différemment selon la distance. Vous pourriez commencer par un lancer R4 au milieu de l'allée, tandis que dans une zone plus longue, vous pourriez avoir besoin d'un lancer R5 pour revenir au centre, car la pente y est plus prononcée. Avoir toutes ces observations en mémoire peut faire la différence.

D'où l'importance de prendre des notes. Je vois souvent des joueurs qui, après six manches, demandent : « C'est quoi la ligne de ce côté-là déjà ? »... Ça veut dire qu'ils n'ont aucune idée de leur ligne de référence et jouent au hasard... Difficile d'être régulier dans ces conditions !

Conclusion

Si, à chaque coup, vous exécutez votre routine d'échauffement, votre routine sur le tapis et votre geste précis en suivant la ligne de référence, vous transformerez votre jeu, gagnerez en régularité et, surtout, votre confiance en vous sera bien plus grande car vous réussirez des coups que vous n'auriez jamais pu réaliser auparavant.

De plus, vous pourrez reproduire ce geste dans d'autres situations.

Bien sûr, rien n'est parfait. Les conditions de jeu, les imperfections des verts, votre propre stress, le travail d'équipe et votre capacité à oublier les mauvais coups peuvent toujours influencer le résultat, et cela fait partie intégrante du jeu.