

# GAAIBOL

je zet een stap naar  
voor terwijl je de bol  
achteruit brengt,  
je rolt de bol laag en  
krachtig naar het berd

vanaf 15 meter rol je de  
schijfvormige bollen  
naar 9 gaaien  
bovenaan het berd



in competitie speelt elke  
gaaibolder 4 beurten met  
telkens 6 bollen