

**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung  
**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz  
**Band:** 92 (2014)  
**Heft:** 5

**Artikel:** Pro Senectute : der grosse Spass, eine aktive Kugel zu schieben  
**Autor:** Honegger, Annegret  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1078337>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 05.04.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**



Bilder: Markus Förs

## Der grosse Spass, eine aktive Kugel zu schieben

Im Billardkurs von Pro Senectute Graubünden lernen die Teilnehmenden Regeln, Technik und Tücken dieses faszinierenden Spiels kennen. Der Kursleiter warnt: Das Billardfieber ist hochansteckend!

Das aller Anfang oft nicht ganz einfach ist, gilt auch fürs Billardspielen. Die acht Teilnehmerinnen und Teilnehmer des Billardkurses von Pro Senectute Graubünden sind sich einig: «Am Fernsehen sieht das viel leichter aus!» Viele sind vor dem Bildschirm fasziniert vom Spiel, bei dem es Kugeln nach bestimmten Regeln in die Löcher im Billardtisch zu versenken gilt. Praktische Erfahrungen haben die wenigsten: Nur drei Hände gehen zögerlich in die Höhe, als Kursleiter Tino Fidalgo danach fragt. «Einen solchen Stecken hatte ich selber noch nie in der Hand», meint Ueli und deutet auf die Billardstöcke. Auch die anderen sind Anfänger, die höchstens wie René einmal in den Ferien im Pub in England ein Spielchen gewagt haben.

Das soll sich an den folgenden vier Dienstagmorgens ändern. Konzentriert lauschen die Frauen und Männer den Erläuterungen von Tino Fidalgo, dem Betreiber des Star Billard Centers in

Chur, der hier Poolbillardkurse für Alt und Jung anbietet. Er unterrichtet die beliebte Variante «8er Ball», wobei die Teilnehmer über die weisse sogenannte Spielkugel zuerst ihre eigenen sieben Kugeln einlochen müssen und zum Schluss die Schwarze mit der Nummer acht.

Auch beim Billard benutzen die Profis ihre eigene Fachsprache. Die farbigen Kugeln nennt man «die Vollen», die halb weissen, halb farbigen «die Halben». Die sechs Löcher im Billardtisch sind die «Taschen», und der von Ueli als Stecken bezeichnete Billardstock ist das «Queue», ausgesprochen «Köö». Sorgfältig zeigt der Kursleiter, wie man dieses hält und beim Stossen führt. «Billard ist ein Präzisions-sport, da geht es um Millimeter. Deshalb ist eine gute Körperhaltung sehr wichtig», schärft er den Neulingen ein.

Die Stellung der linken Hand, über die das Queue beim Spielen gleitet, gelingt den wenigsten auf Anhieb. Dabei sollten vier Finger entspannt auf dem Tisch lie-

gen, der Handrücken wölbt sich leicht nach oben. In die Mulde zwischen Zeigefinger und Daumen kommt der Billardstock zu liegen. Der locker schwingende rechte Unterarm gibt den Schwung, die Spitze des Queues zielt auf die Kugel, die Augen fixieren das Ziel. «Alles klar?», fragt Tino Fidalgo, der aus Erfahrung weiss, dass damit viele Anfänger Mühe haben.

Während die Neulinge versuchen, die ersten Kugeln einzulochen, geht der Kursleiter von Tisch zu Tisch, gibt Tipps, verbessert da und dort die Haltung oder lobt einen gelungenen Stoss. Lydia profitiert von ihren Erfahrungen beim Curling, wo es ebenfalls um Präzision und Fingerspitzengefühl geht.

Hanspeter stellt fest: «Da steckt eine Menge Geometrie dahinter.» Seine Frau Inge und er sind hier, weil das Paar ein gemeinsames Hobby sucht, das aktiv, aber nicht allzu sportlich ist. Noch ist Inge skeptisch: «Ich bin furchtbar verkrampft und muss mich sehr konzentrie-

ren.» Tino Fidalgo tröstet: «Am Anfang muss man viel überlegen, aber nach einigen Stunden geht alles ganz automatisch.» Je mehr Erfolge man verzeichnen kann, desto mehr wachse die Begeisterung. Billard sei gut für die Feinmotorik und verlange Konzentration: «Wenn ihr Probleme wälzt oder überlegt, was ihr zum Abendessen kochen wollt, klappt gar nichts.»

Unterdessen werden die Stösse der Teilnehmerinnen und Teilnehmer präziser, immer öfter ertönen das typische Klacken aufeinanderprallender Kugeln und verhaltener Jubel nach einem Treffer.

Nach einer kurzen Pause und Stärkung an der Bar vertieft sich die Gruppe in die Regeln des Spiels. Tino Fidalgo erläutert, wie man die fünfzehn Kugeln bei Spielbeginn im Dreieck anordnet und wie man den temporeichen Anfangsstoss, den sogenannten Break, am besten ausführt. Retos erster Versuch gelingt bereits gut, und die Kugeln stieben auseinander. Weil er

dabei gleich eine Kugel versenkt, darf er die Farbe wählen und bleibt am Ball, solange er seine Kugeln korrekt einlocht.

Anhand verschiedener Spielsituationen erklärt der Kursleiter, wie gespielt werden muss, beantwortet Fragen und testet, ob seine Teilnehmenden alles richtig verstanden haben. Auch Fouls gibt es beim Spiel auf dem grünen «Rasen» aus Filz: Etwa wenn eine Kugel vom Tisch fällt, wenn aus Versehen die weisse Spielkugel versenkt oder zuerst statt eine eigene eine gegnerische Kugel berührt wird. Verschwimmt die schwarze Kugel vorzeitig in eine Tasche, ist das Spiel sofort beendet, der «Schuldige» hat verloren.

«Total den Plausch und sehr spannend», findet Rosmarie den Kursnachmittag. Ueli, der intensiv Schach spielt, hat vielleicht ein zweites Hobby entdeckt. Reto fasziniert beim Billard, dass es nach jedem Stoss wieder eine neue, unbekannte Situation zu analysieren gilt.

Tino Fidalgo zeigt die Richtung für die Billardkugel. Ein paar gute Tipps und schon kanns losgehen.

### Pro Senectute Graubünden

Lernen, was einen interessiert, in einem stressfreien Klima, zusammen mit Gleichgesinnten: Das bietet das vielfältige Kursangebot von Pro Senectute Graubünden. Zusammen mit engagierten und versierten Kursleitenden stellt Pro Senectute Graubünden halbjährlich ein breit gefächertes Angebot zusammen, das den vielen individuellen Bedürfnissen und Ansprüchen von Seniorinnen und Senioren gerecht wird. Bildung und Kultur – aktiv und kreativ: Alle Angaben dazu finden sich im Kurs- und Veranstaltungsprogramm «envista» von Pro Senectute Graubünden. Infos: Pro Senectute Graubünden, Bildung und Veranstaltungen, Telefon 081 252 06 02, Mail [kurse@gr.pro-senectute.ch](mailto:kurse@gr.pro-senectute.ch), [www.gr.pro-senectute.ch](http://www.gr.pro-senectute.ch)

Die Adresse von Pro Senectute in Ihrer Nähe finden Sie vorne in diesem Heft oder unter [www.pro-senectute.ch](http://www.pro-senectute.ch)

Vor rund sechs Jahren machte sich Tino Fidalgo mit seinem Hobby selbstständig. Seine Freude am Spielen und Erklären ist ansteckend. Und je besser die Teilnehmenden werden, desto mehr Fitness kann der Kursleiter ihnen vermitteln. Etwa wie man indirekt über die Bande spielt, wie man einen Drall erzeugt, einen Stoppball oder einen Rückball spielt. Wie man bei der sogenannten Carambolage andere Kugeln benutzt, um eigene zu versenken, oder wie man – das ist die höchste Kunst des Billards – die weisse Kugel so stösst, dass sie direkt zur gewünschten Position für den nächsten Spielzug rollt.

Bald schon sind Anfänge des Billardvirus zu spüren, vor dem Tino Fidalgo die Teilnehmerinnen und Teilnehmer augenzwinkernd gewarnt hat. Während sich die Tische im Billard Center rund um die Kursgruppe langsam mit Hobbyspielern füllen, fallen bereits erste fachmännische Kommentare. Billard sei wieder im Trend, freut sich Tino Fidalgo, wobei Männer etwa siebzig bis achtzig Prozent seiner Kundschaft ausmachen.

Er hofft, dass möglichst viele dem Spiel auch nach dem Kurs treu bleiben und lädt alle herzlich zum Seniorentreff am Montagabend ein: «Die ersten kommen jeweils um 17 Uhr, und manch einer geht erst nach Hause, wenn ich um Mitternacht die Türen schliesse!»

Annegret Honegger

Star Billard Center Chur: [www.star-billardcenter.ch](http://www.star-billardcenter.ch)