

Graphique Bowling Speed Ball

En utilisant une carte de vitesse de boule de bowling vous aidera à déterminer votre vitesse de balle à l'impact avec les broches. Si vous souhaitez en savoir plus sur votre commande de vitesse et la vitesse de balle moyenne, puis **utiliser le tableau de vitesse de boule de bowling** ci-dessous pour identifier les informations relatives à votre style de livraison.

En suivant les directives fournies par les fabricants et la United States Bowling Congress (USBC) récente boule Etude de mouvement en ce qui concerne la vitesse de balle optimale vous aidera à déterminer si vous avez besoin de modifier votre gamme de vitesse de balle normale pour les meilleurs résultats.

Les informations compilées à partir d'études sur le terrain montre que l'efficacité de boule de bowling vitesse est d'environ 16-17 miles par heure (mph) mesurée à l'impact avec les broches et environ 20-21 mph quand le ballon est sorti sur la voie, plus ou moins un mph la tolérance, et environ 18 mph vitesse moyenne globale.

Typiquement, une boule de bowling prend environ 2,5 secondes de temps écoulé, plus ou moins 0,15 secondes, à communiquer avec les broches à une vitesse instantanée de 16,7 miles par heure, un temps recommandé par USBC et par les fabricants de billes. Cette vitesse moyenne est très proche de 18 mph.

Il convient de souligner, cependant, que le temps de Voyage écoulé varie en fonction de trois facteurs clés:

1. **Conditions** de pétrole Lane
2. Bowling balle surface de matériau de recouvrement texture
3. **Le montant** d'une boule de bowling crochets qui se déplace sur la voie

Utilisation de l'aide d'un ami, de livrer une série de photos en bas de la voie de la pratique pendant que votre ami clique sur un chronomètre au moment précis que vous relâchez le ballon de la main, puis clique à nouveau au moment précis votre boule de bowling en contact avec la tige de la tête. En utilisant un chronomètre est une façon de déterminer le temps écoulé votre balle prend de voyager sur la voie et un impact sur les broches.

Cette information de temps écoulé peut être calculé dans une vitesse instantanée à l'impact avec la poche de sorte que vous saurez à peu près à quel point votre vitesse correspond aux études de terrain USBC et les recommandations du fabricant pour la meilleure vitesse de balle de vous fournir des performances optimales et la broche de report.

Bien entendu, l'utilisation d'un chronomètre est pas une science parfaite, mais il est surprenant de voir combien avec un peu de pratique, on peut obtenir des lectures assez cohérents de temps écoulé au moyen d'un dispositif de chronomètre.

Voici **un graphique Bowling Speed Ball** utilisé pour vous aider à convertir votre temps écoulé en données de vitesse de balle:

Temps écoulé Speed Ball

3.0 sec. 13,9 mph.

2,9 sec. 14,4 mph.

2,8 sec. 14,9 mph.

2,7 sec. 15,4 mph.

2,6 sec. 16,0 mph.
2,5 sec. 16,7 mph.
2,4 sec. 17,4 mph.
2,3 sec. 18,1 mph.
2,2 sec. 19,0 mph.
2,1 sec. 19,9 mph.
2,0 sec. 20,8 mph.

Comme nous pouvons le dire à partir de la carte, le temps écoulé, il prend votre balle pour atteindre les broches vous donnera une bonne idée si votre gamme de vitesse est proche de la vitesse recommandée par les entreprises à billes ou par les études sur le terrain de l'USBC. Si vous êtes dans les lectures du milieu de la carte, vous devriez être en bonne forme avec votre vitesse de balle moyenne et devraient viser à maintenir cette vitesse lorsque vous Bowl compétitifs.

Si votre vitesse est plus lente ou plus rapide que les lectures de milieu de gamme sur le graphique, alors vous voudrez peut-être faire des ajustements à votre technique de modifier la vitesse de livraison.

Parce que vous ne disposez pas d'un appareil de mesure de vitesse fabricants utiliser pour tester des boules de bowling comme les CATS (Computer Aided Tracking System) ordinateur, le chronomètre est un bon substitut pour vous aider à déterminer votre vitesse de balle en référant le tableau des vitesses ci-dessus.

Utiliser simplement une série donnée de livraisons, puis la moyenne des résultats pour obtenir une vitesse de votre balle se déplace à l'impact avec les broches.

Vous pouvez certainement utiliser le dispositif de lecture de vitesse sur les appareils de pointage à vos centres de quilles locales, mais il y a des défis associés à l'information buteurs fournissent. Souvent, les buteurs ne sont pas systématiquement calibrés pour la précision, ni sont les buteurs de mesure de la vitesse au moment précis vos impacts de balles les broches.

Pour cette raison, l'utilisation du système de chronométrage et le tableau Speed Ball peut vous aider à obtenir une lecture assez proche de votre vitesse et pouvez ainsi vous conduire à déterminer si vous avez besoin d'ajustements à votre vitesse de livraison, soit plus ou moins vite, à meilleur match avec la vitesse optimale les données de l'ordinateur offre.

Des variables telles que le volume de pétrole utilisé dans la procédure voie de dressing, le montant que vous accrocher votre boule de bowling, et la texture de la surface de votre balle sont tous des facteurs qui contribuent à mesurer les lectures de temps écoulé par l'utilisation de la méthode de chronomètre.

Si vous avez un incertitudes, nous vous recommandons fortement de consulter un entraîneur certifié ou professionnel de bowling local pour en savoir plus sur votre vitesse de balle présent et la façon de faire les ajustements possibles dans la technique de développer le contrôle de la vitesse de balle efficace.

Tout entraîneur vous dira que une fois que vous trouvez la vitesse de la balle à droite à un moment donné vous êtes bowling, le maintien du contrôle de vitesse constante est un facteur clé dans la production de bons résultats et des scores élevés.