



GOLFTECHNIK

EINFACH UND VERSTÄNDLICH

THEMA: UNTERRICHT AUF DEM PLATZ



Gehen Sie mit Ihrem Pro auf die Runde - auch wenn es nur drei oder vier Löcher sind! Das Spiel ist ein ganz anderes als auf der Range, Fehler die auf dem Platz gemacht werden, sind hier viel einfacher zu erkennen.

Für Anfänger:

- Zum Saisonstart sollten Sie auf jeden Fall mit mir zusammen ein paar Löcher auf dem Platz spielen. Dabei kann ich sehen, wie sich Ihr Golfspiel auf dem Platz verhält. Dort ist der Golfschwung immer anders, als wenn Sie auf der Driving Range üben. Sollten Schwungfehler ersichtlich sein, dann kann gezielt mit mir zusammen daran gearbeitet werden. Zu Beginn der Saison geht es darum, das Trainieren zu trainieren!
- Ein paar Tipps zur Spieltaktik können auch gleich helfen, die richtigen Ansätze für das richtige Spielen eines Golfloches zu erkennen.
- Möchten Sie Ihr Golfspiel schnell verbessern, sollten Sie alle Schläge bis ca. 80 m trainieren. Natürlich sollte das Putten nicht zu kurz kommen. Im kurzen Spiel steckt das größte Potential sich am einfachsten und schnellsten zu verbessern. Sie werden merken, dass sich das lange Spiel proportional damit verbessert. Nach dem Motto: vom Kleinen zum Großen.

Wer selbstständig in der Lage ist das Richtige zu trainieren, wird auch schnell besser. Haben sich Ihre Schläge stabilisiert, dann nehmen Sie sich auf der Range die Zeit und notieren sich Ihre Schlaglängen. Machen Sie mit den Eisen, die Sie oft verwenden, mehrere Schläge hintereinander und ermitteln Sie den Mittelwert. Dabei werden der längste und der kürzeste Schlag nicht berücksichtigt.

In den einfachen Dingen liegt bei Anfängern oft das größte Potenzial für Verbesserungen.

Für Fortgeschrittene:

- Grundsätzlich gilt: Je erfahrener ein Golfer ist, desto weniger ist er auf einen Golfprofessional angewiesen. Aber: weniger heißt nicht gar nicht!
- Ist im Winter nicht gezielt am Schwung gearbeitet worden, werden sich die gleichen Fehler wieder einschleichen. Aber mit ein paar kleinen Korrekturen sollten die gewünschten Flugbahnen wieder abrufbar sein. Ab diesem Moment kann auch wieder gezielt ein Course Management geplant werden.
- Wird ein Golfer im Laufe der Zeit besser, ist sein Spielen auf dem Golfplatz auch mutiger. Da in dieser Leistungsstufe weniger Fehler im Schwung auftauchen, wird es umso

wichtiger, dass die Strategie auf dem Platz einen höheren Stellenwert bekommt.

Ein Beispiel: Es gibt immer mehr Löcher, die zum Teil länger als 400 m sind. Das ist lang - aber auch nicht länger als drei Schläge mit mind. über 130 m. Dabei bleibt immer noch die Chance auf ein Par. Wild draufhauen sollten Sie ab jetzt nur an guten Tagen mit guter Verfassung.

- Zusammengefasst kann man sagen: bleiben Sie variabel. Gewöhnen Sie sich gleich zu Beginn der Saison an, dieselbe Spielbahn immer unterschiedlich zu spielen. Sie werden sehen, dass eine variable Verfügbarkeit Ihr Golfspiel weiterbringen wird.

Und zum Schluss:

Ich werde oft von Golfern gefragt, wann sie ihr erstes Turnier bestreiten sollen. Ich kann nur sagen: So früh wie möglich, denn dann können Sie gleich erkennen, wo im Turniermodus Ihre Schwächen sind. Je öfters Sie Turniere spielen, desto mehr Selbstsicherheit und Routine werden Sie bekommen. Mit einer aussagekräftigen Rundenanalyse können Sie gezielter an den Problemschlägen arbeiten. Also, sofort für das nächste Turnier anmelden!

Ich wünsche allen viel Spaß beim Üben auf dem Platz und immer mutig Voran!

Euer Wolfgang

Wolfgang Lutz
Golf Professional Golfplatz Thailing
Fully Qualified PGA Golfprofessional
A-Trainer im DOSB
Gastautor Golfzeitschrift GolfTime

