

TRAINING FÜR KURZE PUTTS

Tipps von Niki Ferrari (Playing Pro Challenge Tour)



Ungefähr 40% der Schläge werden beim Putten benötigt! Ein Putt aus 1 Meter zählt genauso viel wie ein Abschlag über 250 Meter! Nicht umsonst gibt es das Sprichwort:

Drive for Show – Putt for Dough
(Abschlag ist Show – Putts bringen Geld)

AUFGABE



1. Legen Sie sich 10 Bälle in einem Kreis ums Loch. Beginnen Sie mit einer Entfernung, aus der Sie sicher 50 Mal in Folge einlochen
2. Gehen Sie danach in 10 cm Schritten immer weiter weg. Wenn Sie regelmäßig 50 Mal in Folge einlochen, gehen Sie weiter zur nächsten Entfernung. So schaffen Sie sich Ihre eigene Komfort-Zone, aus der Sie entspannt einlochen können
3. Wenn Sie bei 1 – 1,20 m angekommen sind, haben Sie das Niveau eines Tour-Profis

ÜBUNGEN & TIPPS für kurze Putts (bis 2 Meter)



1. Ball mit Strich; Strich zum Loch ausrichten; einziger Gedanke: gerade pendeln
2. Zwei Schläger parallel nebeneinander legen, ausrichten, Putter darf Schläger nicht berühren
3. Kurze Putts immer zum Loch ausrichten, maximal rechte oder linke Lochkante
4. Körper bleibt extrem ruhig und macht KEINE Bewegung, solange bis der Ball im Loch ist
5. Üben Sie kurze Putts ohne den Kopf zu bewegen und hören Sie, ob der Ball ins Loch geht
6. Unter einer Schnur bzw. entlang einer Kreidelinie putten, Putter muss dabei gerade pendeln



PROFI-TIP



Niki Ferrari

(Playing Pro Challenge Tour)

1. Finden Sie einen für Sie geeigneten, möglichst gefitteten Putter (Länge, Lie, Gewicht, Loft, Griff)
2. Trainieren Sie vor jeder Runde 30 Minuten Putten!
3. 80% kurze Putts (bis 2 Meter) und nur 20% lange Putts trainieren!!!

Sie haben auch Trainingstipps & Übungen, wie Sie Ihr Putten verbessert haben? Dann schicken Sie uns diese per mail an info@swisswinner.com.

Die besten Tipps darunter werden in der Ausgabe am 17.10.2014 veröffentlicht.

Lesen Sie in der Ausgabe am 08.08.2014 «Tipps zur Längenkontrolle» von PGA Teaching Pro David Geary