

Fehlerbilder beim Golfschwung



Zu aufrechter Stand, Knie sind nicht gebeugt. Dadurch sind die Arme zu nahe am Körper.



Das Körpergewicht geht auf den hinteren Fuss. Stellenweise wird der Vorderfuss sogar zurückgezogen und die Endposition ist eine frontale Stellung.



Der Schlägerkopf ist am Wendepunkt zu weit hinter dem Körper. Dadurch ist kein senkrechter, nur nach unten gerichteter Ablauf möglich. Es ähnelt hier einem Baseballschlag.



Ausholbewegung findet so statt, dass die Ellenbogen angewinkelt werden. Als Folge ist der Schläger zu nahe am Körper und es ergibt sich kein runder Schwungverlauf. Es ähnelt einer parabelförmigen Hackbewegung.



Der Wendepunkt zum Abschwung ist zu weit, also mit einer Schlägerhaltung parallel zum Boden. Das wäre erst die endgültige und maximale Form. Eine geringere Ausholbewegung ist für Einsteiger sehr zu empfehlen und sichert den guten Treffpunkt des Balles.



Der Treffpunkt des Balles ist inkorrekt. Die Bälle werden gepopt oder «zu fett» getroffen.



Der Kopf wird zu früh mitgedreht und somit der Blick auf den Ball ebenfalls beendet.



Das Tempo beim Aufschwung und Durchschwung ist viel zu schnell. Die Treffsicherheit leidet hierbei sehr.



Auf- und Ab-Bewegung des Körpers. Der Körperschwerpunkt bleibt so nicht auf konstanter Höhe.

