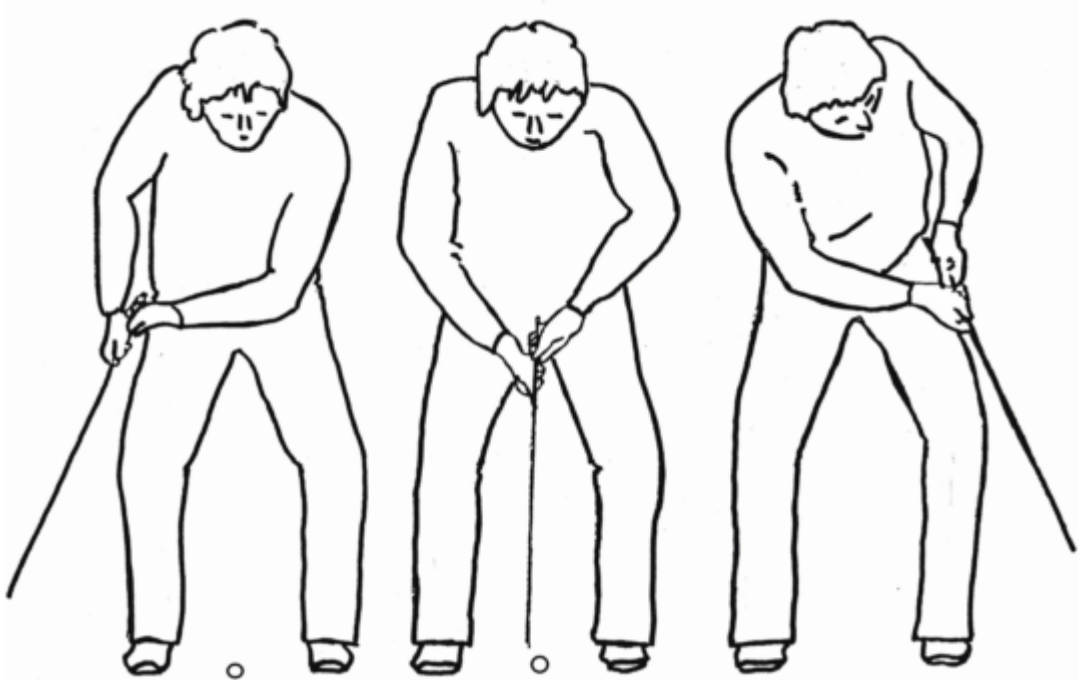


## Minigolf – Basisfertigkeiten: Schlagablauf

Sie wollen Ihre Basisfertigkeiten im Minigolf verbessern? Mit dieser Übung lernen Sie einen sauberen Schlag mit dem Drei-Phasen-Modell. Im Video entdecken Sie verschiedene Beispiele eines Schlagablaufs.



(v.l.n.r) Phase 1: Ausholen (Augen beim Ball) // Phase 2: Auftreffen auf den Ball (Augen beim Ball) // Phase 3: Durchschwung (Augen folgen dem Ball)

Die Ausholbewegung darf nicht zu gross sein. Mit der Ausholbewegung wird hauptsächlich das Balltempo dosiert. In einer fortgeschritteneren Entwicklung kommt die Schnitt-Technik dazu und der Schnittschlag wird auch in der Ausholbewegung ausgelöst.

Der Durchschwung ist die wichtigste Phase des Schlagablaufs. Der Schlägerkopf bewegt sich auf der Linie, die der Ball rollen muss.

Der gesamte Schlagablauf soll rhythmisch und «rund» sein.



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Bundesamt für Sport BASPO**