

Golf – Annähern: Feeling II

Die Lernenden trainieren in dieser Übung einen flachen Annäherungsschlag auf das Grün auf unterschiedliche Art und Weise und entwickeln ihr Rhythmusgefühl.



Ziele: Gefühl und Rhythmus, Variation und Adaptation.

Vorbereitungszeit : 5 Minuten.

Einen Chip von 6 m wählen. Einen Kreis mit 1 m Durchmesser um das Loch markieren. Chippen mit der linken oder rechten Hand, auf dem linken Fuss, mit unterschiedlichen Bällen.

Variation

5 Bälle pro Übung, gefolgt von 5 normal geschlagenen Bällen.

Bälle: Golfbälle werden ausschliesslich auf Golfplätzen verwendet. Ausserhalb von offiziellen Golfanlagen (Spielwiese, Nahe bei Gebäuden, etc.) dürfen die Übungen aus diesem Monatsthema nur mit weichen Bällen (Almostball) oder mit Schaumstoff-Bällen, Tennis-Bällen etc. durchgeführt werden.

Material: Tees, Kreide, Schnur mit Karabiner, Hütchen, unterschiedliche Bälle.

Glossar: [Die gebräuchlichsten Ausdrücke im Golf](#) (pdf)

Quelle: David Chazeau, Pro Swiss PGA, J+S-Experte Golf, EliteTrainer Swiss Olympic – Marcel Meier, J+S-Fachleiter Golf, Ausbildungsverantwortlicher ASG



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO