

Das Ausrichten



Definition Zielen und Ausrichten beim Golfschlag:

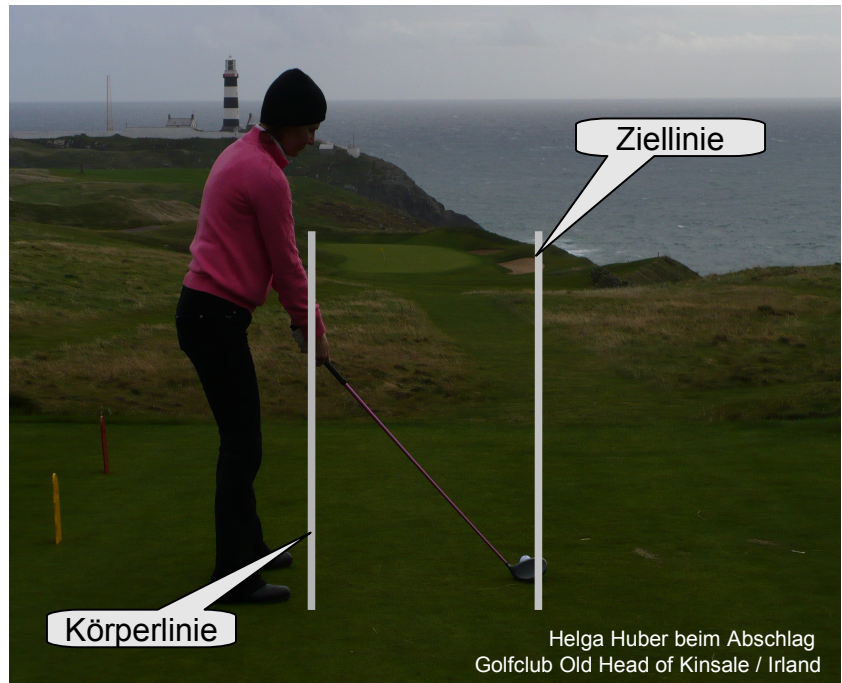
Ziellinie:

Der Ball und der Schlägerkopf (Schlagfläche) zeigen zum Ziel.

Körperlinie:

Der Körper (Fußspitzen-, Knie-, Hüft- und Schulterlinien) zeigen parallel links vom Ziel.

Wenn Sie sich eine Eisenbahngleis vorstellen, ist die linke Schiene die Körperlinie und die rechte Schiene die Ziellinie.



Helga Huber beim Abschlag
Golfclub Old Head of Kinsale / Irland

Liebe Golferinnen und Golfer,

ich möchte Ihnen die Wichtigkeit des Ausrichtens erklären. **Eine genaue Zielvorstellung beim Training und auf dem Platz ist die Grundvoraussetzung für ein gutes Golf.**

Ein falsches Ausrichten beim Putt, Annäherungsschlag oder bei einem langem Schlag hat immer zu folge, dass ich eine Richtungsänderung (Kompensation) im Schlag vornehmen muss.

Die meisten Golfer richten sich nach rechts aus und müssen dies dementsprechend nach links im Schwung korrigieren. Wenn ich z.B. beim Abschlag 40m rechts von meinem Ziel stehe, muss ich 40m den Ball nach links schlagen. Dies hat zufolge, dass ich auf Dauer keine Kontinuität in meiner Richtungskontrolle habe und die Bälle selten zum gewünschten Ziel fliegen

Ich behaupte, wenn der Spieler immer gut ausgerichtet wäre, ist kein Ausgleichen im Schwung notwendig und Ihr Golfspiel und somit Ihre Technik würde sich verbessern.

Wie kann ich besser Ausrichten lernen:

Wenn Sie auf der Range oder auf dem Platz trainieren, legen Sie sich einen Schläger zwischen Ball und Fußspitzen. Der Schläger muss leicht links vom Ziel zeigen. Die ersten Bälle werden mit Sicherheit nicht ins Ziel fliegen. Bleiben Sie am Ball, nach eine paar Schlägen werden Sie instinktiv besser zum Ziel schwingen.

Besuchen Sie unsere Golfakademie und verbessern Sie ihr Ausrichten und Zielen

Ihr Head Professional und Golfschulleiter Sommerfeld Golfakademie

Walter Kirchmaier