

## Wie schwinge ich richtig?



**Der richtige Griff:** ...für Chip, Pitch, Bunkerschlag und vollen Schwung.



...zum Putten



**Putten:** Ballage unter linkem Auge, Einhebelpendelbewegung ohne Handgelenkseinsatz,

Puttgriff, 1/3 ausholen 2/3 Durchschwung, Grün lesen und Zielen nicht vergessen!!!



**Chippen:** Ballage aus der Mitte rechts, Schlägergriff Richtung Ziel an li Hüfte vorbei neigen, Gewicht

am vorderen Bein, Einhebelpendelbewegung mit wenig bis keinem Handgelenkseinsatz,

richtiger Golfgriff, Schlagfläche zeigt immer Richtung Ziel!



✓ *Club shaft stays away from left side of body.*



✗ *Club shaft hits left side of body – caused by 'scooping' the hands.*



**Pitchen:** Ballage Mitte, Gewicht auf beiden Beinen, Zweihebelbewegung mit Handgelenkseinsatz, richtiger Golfgriff, weiche – runde Bewegung (schwingen nicht schlagen).



**Bunkerspiel:** Ballage aus der Mitte links um vor dem Ball den Sand zu treffen, Stand und Ansprechposition etwas geöffnet, Schwungbewegung wie beim Pitch aber 3 mal so stark als für die gleiche Distanz vom Rasen, richtiger Golfgriff!



**Voller Schwung:** Ballage je nach Schläger von Mitte (SW) bis gegenüber der li Hacke (Driver) Richtiger Golfgriff, große Aushol und volle Durchschwungbewegung.

