

Putten – das Spiel im Spiel

Erfolgreiches Putten, das auf Vertrauen und der entsprechenden Taktik aufgebaut ist, entscheidet über den Score. Wobei zwar umsetzbare Technik zu Vertrauen führt, aber Vertrauen nicht zur richtigen Technik.

Ausführung der Putts:

Gedankliche - Vorstellung der technischen Schritte

Startrichtung – Entfernung - Break

Visualisierung der Ondulation des Grüns = Rollgeschwindigkeit des Balles

Je genauer die Beobachtung und Visualisierung, desto einfacher ist die Ausführung und um so präziser wird das Resultat!

Vorgehensweise:

- Griff:** Handflächen einander gegenüber – leichter Griffdruck – entspannte Arme.
- Augen:** Sollen auf der Linie und hinter dem Ball sein.
- Körper:** Fußstellung bequem, auch in der Breite – leicht die Knie und von der Hüfte ab den Oberkörper nach vorne beugen.
- Ballposition:** Ball soll entsprechend dem Putter (Schaft und Loft) platziert werden und der Ball sollte im Durchschwung getroffen werden.
- Break lesen:** Immer ein Zwischenziel festlegen - ob bergauf oder -ab, ob rechts oder links, die Ondulation bestimmt die Rollgeschwindigkeit – auf dem **letzten Meter** bricht der Putt am meisten.
- Graswuchs:** Glänzt das Gras, wächst es in Richtung zum Ziel, der Ball rollt schneller. Stehen Sie am Loch und das Gras sieht braun aus, auf der Seite oder zu dem Ball hin, dann ist das die Richtung in die das Gras wächst.
- Wichtig für den Graswuchs ist auch:** Wo die **Sonne** untergeht, in welcher Richtung das **Wasser** vom Grün abläuft und die generelle **Windrichtung**. **Beim Üben kann man das Gras aufrauen** um zu erkennen, wohin es wächst. Bei einem Turnier ist das nicht erlaubt.

Putten – das Spiel im Spiel

Ausführung:

Schlagfläche hinter dem Ball im rechten Winkel über ein **Zwischenziel** zum Ziel hin ausrichten. Der Schläger wird mit den Armen und Schultergürtel zurück und nach vorne zum Ziel hin gependelt, ohne die Putterschlagfläche zu verkanten. Nach dem Impact zeigt die Putterschlagfläche zum Zielpunkt. Der Ball soll im Zentrum der Putterschlagfläche getroffen werden.

Vorzüge der Pendel-Ausführung:

Linkshand-dominantes Putten: Der Putter kann mit dem linken Handrücken zum Zielpunkt (Zwischenziel) geführt werden.

Rechtshand-dominantes Putten: Das rechte Handgelenk muß in der entsprechenden Ansprechhaltung (Arterien und die rechte Handfläche) arretiert und zum Zielpunkt (Zwischenziel) geführt werden.

Statistik:

43% Putts
25% Holz Schläge
13% finesse Wedges um das Grün herum
6% kurze Eisen
5% mittlere Eisen
3% lange Eisen
5% trouble shots