

PODCAST-CHECKLISTE: SO TRAINIERST DU LANGE PUTTS

Folgende Checkpunkte solltest du beachten:

Eine meiner Lieblingsübungen für lange Putts ist die sogenannte Ballreihe. Alles, was du dazu an Equipment benötigst sind:

- dein Putter
- 10 Bälle (selbes Ballmodell)
- 3 Tees
- ein ebenes Stück Grün.

Übung Ballreihe:

- Stecke 3 Tees in das Grün. Das 1. Tee in den Grünrand.
 - Dann 9 Meter entfernt das 2. Tee ins Grün und dann das 3. Tee
 - nochmal einen Meter (also 10 m vom Grünrand entfernt) weiter, so
 - dass alle drei Tees in einer Reihe stecken.
 - Jetzt nimmst du dir 10 Bälle (gerne auch mehr. Hauptsache dasselbe
 - Modell und selbe Qualität) und legst diese an das 3. Tee und puttst
 - den 1. Ball so nah wie möglich an das Tee im Grünrand.
 - Der nächste Ball muss etwas kürzer als der vorherige sein. Der
 - nächste wieder etwas kürzer als der vorherige usw.
 - Bis du den letzten Ball so nah wie möglich an das 2. Tee, dass 9
 - Meter entfernt vom Grünrand steckt, geputtet hast.
 - Es sollte also eine Art Ballreihe entstanden sein. Wenn ein Ball den
 - anderen überholt oder berührt, musst du von vorne anfangen.
 - Achte darauf, dass du jedesmal deine volle Routine für lange Putts
 - durchführst. Denn, „du spielst, wie du trainierst“!
-
- Variationen der Übung:
 - Von kurz nach lang.
 - Mit geschlossenen Augen.
 - Einhändig.
 - Unterschiedliche Putter.

Viel Spaß beim Training wünscht dir, *Der Feli*