

## PODCAST-CHECKLISTE: VOM WINDE VERWEHT

### Folgende Checkpunkte solltest du beachten:

#### If its breezy - swing it easy!

- Schlägerkopfgeschwindigkeit reduzieren.
- Kürzer greifen.
- Schwungumfang beibehalten.
- Wind ist der Scorekiller Nummer 1 - also entspannt bleiben.

#### Plane den Wind ein:

- Seitenwind:
  - Mit dem Wind spielen - also bei Wind von links einfach mehr links anhalten und dann hoffen, dass der Wind den Ball wieder zurück zum Ziel „bläst“.
  - Eine Flugkurve gegen den Wind schlagen - also bei Wind von links eine Rechts-Links Flugkurve gegen den Wind schlagen.
- Gegenwind:
  - beeinflusst den Ball am stärksten - vor allem in der Schlag- und Fluglänge.
  - Punch spielen (fliegt flach und rollt viel).
    - Schläger mehr nehmen.
    - Ball mehr zum hinteren Fuss legen.
    - Gewicht auf das vordere Bein.
    - Hände vor den Ball.
    - Kürzer und stärker greifen.
    - Schlagfläche leicht schliessen.
    - Swing it easy:)

- Rückenwind:
  - Schlage den Ball hoch in den Wind, um den Rückwind zu nutzen.
  - Schläger mit mehr Loft nehmen.
  - Ball zum vorderen Fuss platzieren.
  - Hände sind hinter dem Ball.
  - Schlagfläche etwas öffnen.

Viel Spaß beim Training wünscht dir,

A handwritten signature in black ink that reads "Dein Feli". The word "Dein" is written in a cursive style, and "Feli" is written in a more stylized, slightly slanted cursive.