SABANA CROWCROFT

PGA Professional,
Ex-European Tourspielerin,
Management Trainerin,
Gründerin von KAGAMI
Golf & Leadership Academies

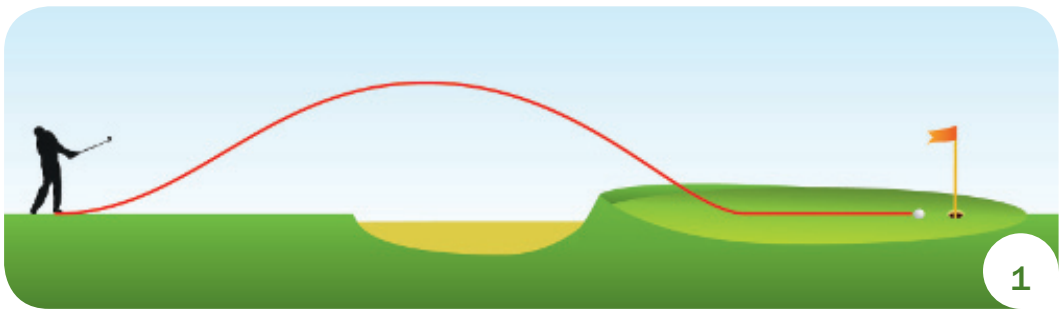
Pitch oder Chip?

Zwischenweiten Erfolgreiche Annäherung.

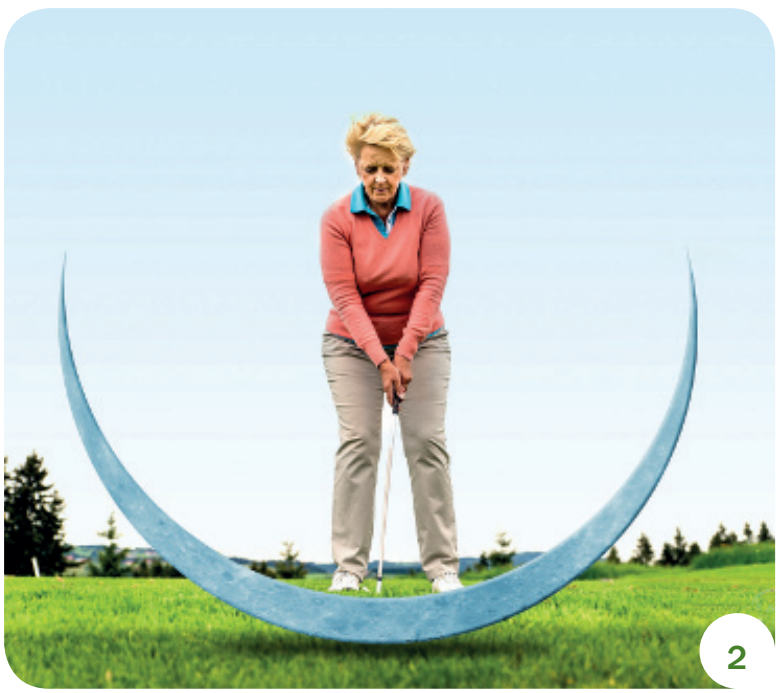
Als ich vor über 27 Jahren das erste Mal nach Deutschland kam, wollten meine Golfkunden wissen, wie die verschiedenen Annäherungsschläge heißen und was es dabei zu beachten gilt. Auch für mich als erfahrene Ex-Tour-Spielerin, die über ein großartiges Kurzspiel verfügte, gab es auf diese Fragen keine pauschalen Antworten. Denn: Es gibt viele verschiedene Schläge, die sich nicht in die Kategorien „Pitch" oder „Chip" pressen lassen.

Diese „Zwischenschläge" sind häufig der Grund dafür, dass viele Golfer rund ums Grün ihren Score ruinieren. Wie soll ich spielen, wenn ein Chip-and-Run-Schlag offensichtlich nicht funktionieren wird und ich für einen hohen Pitch zu nah am Grün bin? Gerade letzterer ist ein hochkomplexer Schlag, der unter diesen Umständen nicht notwendig ist.

Es gibt andere Optionen wie diesen „Zwischenschlag", die ich Ihnen gerne vorstellen möchte.



1



2

Kagami Golf
von Sabana Crowcroft.
32.000 Exemplare verkauft.
Erhältlich über den GOLF TIME Verlag.
€ 24,90 + € 3,– Versand/
europäisches Ausland € 7,–
www.golftime.de oder
www.kagami.de

Golf Training DVD
von Sabana Crowcroft.
Erhältlich über den GOLF TIME Verlag.
€ 29,95 + Versand (s.o.)
www.golftime.de oder
www.kagami.de

Buch & DVD Paket:
Sonderpreis € 44,90 + Versand (s.o.)
www.golftime.de oder
www.kagami.de

Fotos: Charles Diehle www.munich-print.de

»Für ein gutes Kurzspiel muss man mehr als Pitchen oder Chippen können. In vielen Situationen bringt einen ein einfacher und verzeihender Zwischenschlag am nähesten an die Fahne«

Die Visualisierung, die diesem Schlag zu Grunde liegt, wird Ihnen bei den kurzen Schlägen helfen, bei denen der Ball etwas Höhe braucht und darüber hinaus nach der Landung noch etwas rollen soll (siehe Bild 1).

Der Sichelmond

Nehmen Sie ein Sand- oder Pitching-Wedge. Der Ball liegt in der Mitte Ihrer Füße, die Hände befinden sich etwas oberhalb des Schlägerblatts (siehe Bild 2).

Stellen Sie sich vor, Sie stehen auf der Innenseite eines Sichelmondes. Ihr Schlägerkopf hängt wie ein Magnet an der Innenseite des Mondes, sodass Ihr Schläger beim Schwung der Form des Sichelmondes folgt.

Üben Sie zunächst vor dem Spiegel, damit Sie sehen können, wie sich der Schlägerkopf gemäß der Form des Sichelmondes beim Vor- und Rückschwung bewegt (siehe Bild 3 bis 4).

Ihr Schwung wird Ihren Gedanken oder den Bildern in Ihrem Kopf folgen. So bringt diese Visualisierung einen einfachen, aber effektiven Schwung hervor. Das Handgelenk bewegt sich nur wenig. Dies führt zu einem mittelhohen Schlag, der den Ball noch etwas ausrollen lässt. Dieser Schlag ist leichter als ein hoher Pitch und viel verzeihender.

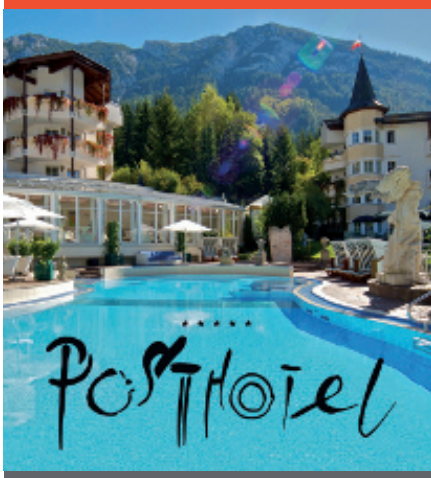
Üben Sie diesen Schlag, bevor Sie ihn auf dem Platz anwenden, um Vertrauen aufzubauen. Sie werden während der Runde viele Gelegenheiten finden, ihn zu spielen und so konsequent Ihren Score verbessern. GT

3

4

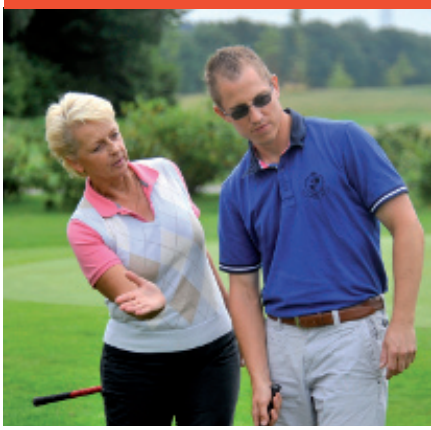
KAGAMI® Golf

UNSERE EXKLUSIVE KAGAMI ACADEMY:



Reiter's Posthotel
Achenkirch, Tirol

Mentale und technische Verbesserungen in einer Lernmethode.



KAGAMI Golf Workshops und Einzelcoaching
•
KAGAMI Golf Workshops und Einzelcoaching mit Sabana Crowcroft und Andy Riss
•
Burnout-/ Stressprävention Workshops und Coaching

Details und Buchungen unter
kagami.de