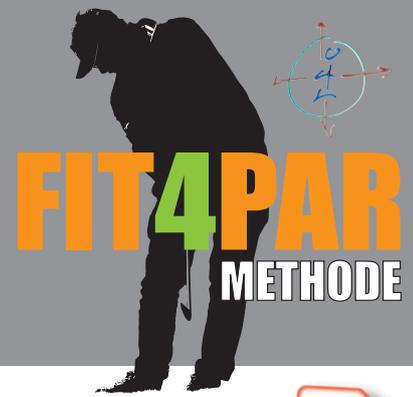


AUSRICHTUNG



FOCUS ON THE RIGHT STUFF ...



Der nächste Schritt im Golf: Die Ausrichtung

Sobald der Griff festgelegt ist, muss man sich dem Ball nähern und die Ausrichtung vornehmen. Die Zielgerade ist entscheidend und sollte vor der Ansprache bestimmt werden.

Ausrichtung und Ziel fokussieren

Viele Golfer richten ihre Schultern oder Füße auf das Ziel aus. Beim Golf jedoch ist es die Schlagfläche des Schlägers, die ausgerichtet wird, nicht der Körper! Ähnlich wie man mit einem Gewehr zielt – zuerst das Gewehr, dann der Körper.

Wichtigkeit der Zielverfolgung

Es ist essenziell, beim Gang zum Ball das Ziel im Auge zu behalten, anstatt den Ball zu fixieren. Die Augen sollten auf das Ziel gerichtet bleiben, während man den Schläger positioniert. Dies hilft, die Ausrichtung nicht zu verlieren.

Nutzung eines Zwischenziels

Ein Zwischenziel kann als Ersatz für das eigentliche Ziel dienen, um die Ausrichtung zu erleichtern. Dies ist besonders hilfreich, wenn die Wahrnehmung für rechte Winkel verloren gegangen ist.

Anpassung der Ausrichtung

Die Ausrichtung kann sich unbewusst ändern, je nachdem, ob der Ball zuletzt gefadet oder gehookt wurde. Golfer neigen dazu, sich auf die Seite auszurichten, die ihnen hilft, den Ball auf das Fairway zu kriegen.

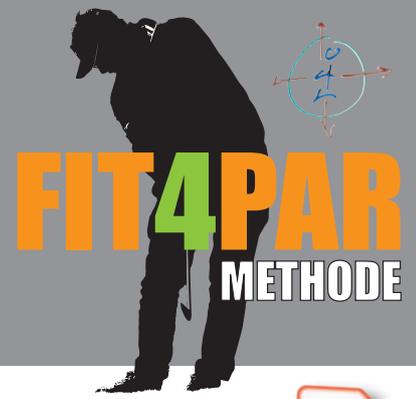
Körperausrichtung beim Golf

Es gibt keine definitive Antwort darauf, warum Golfer sich tendenziell rechts ausrichten. Es kann von vielen Faktoren abhängen, einschließlich der Ergebnisse der vorherigen Schläge und der natürlichen Kompensation, die der Körper vornimmt.

Abschließende Gedanken zur Ausrichtung

Die richtige Ausrichtung ist ein kritischer Schritt vor dem Golfschwung. Golfer sollten stets das Ziel im Auge behalten und die Schlagfläche des Schlägers entsprechend ausrichten, um die besten Ergebnisse zu erzielen!

AUSRICHTUNG



FOCUS ON THE RIGHT STUFF ...



Dies sind meine wichtigsten *Ausrichtungspunkte* für Dich und wünsche Dir nun viel Spass beim Training und beim einfach besser werden! Let's go ...

