

Die folgenden Übungen verstehen sich als Trainingsaufgaben, die zu lösen sind. Ob die Aufgabe beim ersten oder beim letzten Versuch gelöst wird, ist nicht bedeutsam. Es geht ausschließlich um den Lern- und Trainingseffekt, der im Lösungsversuch steckt. **Wir lernen nur, wenn wir Fehler machen!**

1 BLUMENSTRAUSS - DRIVER

Schlage mit dem Driver Bälle, die die unten aufgeführte Flugkurve machen. Beachte dabei die geforderte Ausprägung der Kurve. Wie Du den Ball kurven lässt ist Dir überlassen. Du kannst das über den Griff, das Setup oder den Schwung steuern. Bewerte (Schulnoten) wie gut Dir die Ausführung gelungen ist.

Aufgabe / Schläger	2°	4°	6°	8°	10°	15°	20°	∅
Rechtskurve (gerade ausgerichtet)								
Linkskurve (gerade ausgerichtet)								
Draw (Ausrichtung angepasst)								
Fade (Ausrichtung angepasst)								

2 POWER

Spiele mit jedem Eisen einen Schlag mit unterschiedlicher Intensität auf ein vorher von Dir bestimmtes Ziel. Bewerte (Schulnoten) wie hoch Dein Zielerfolg war.

Aufgabe	4	5	6	7	8	9	PW	GW	SW	Note
100% Intensität										
75% Intensität										
50% Intensität										

P TRAININGSPLAN

