

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 SCHWUNGBAHN

Spiele mit jedem Schläger in Deiner Tasche (Putter ausgenommen) einen Schlag. Wähle für jeden Schlag ein neues Ziel und führe bei jedem Schlag Deine volle Schlagroutine aus. Bewerte jeden Schlag auf einer Schulnoten-Skala von 1-6 den Zielerfolg. Wiederhole die Übung so oft, bis Du einen Notenschnitt von 2,0 erzielt hast.

Aufgabe / Schläger																Ø
normales Wegnehmen, Schwungbahn von Innen nach Außen																
normales Wegnehmen, Schwungbahn von Außen nach Innen																
nach Außen weg und Abschwung von Innen																
nach Innen weg und Abschwung von Außen																

2 ZIELEN

Spiele mit jedem Eisen einen Schlag auf verschiedene Ziele mit einer vorher fixierten Ausrichtung. Bewerte (Schulnoten) wie hoch Dein Zielerfolg war.

Aufgabe	4	5	6	7	8	9	PW	GW	SW	Note
Ausrichtung 10m rechts										
Ausrichtung rechtwinklig zum Ziel										
Ausrichtung 10m links vom Ziel										

P TRAININGSPLAN

