



**GOLF** in Leicht

## DEINE PODCAST - CHECKLISTE

### Folge 26: Richtig zielen -besser Golf spielen

#### So richtest du dich jedesmal korrekt aus:

- Um den Körper immer gleich gut zum Ziel auszurichten, solltest du dir immer ein Zwischenziel suchen.
- Dieses Zwischenziel suchst du dir am besten, wenn du in der Verlängerung der Ziellinie hinter dem Ball stehst.
- Das Zwischenziel sollte ein Punkt sein, der maximal einen halben Meter vom Ball auf der Ziellinie, sozusagen auf dessen Startbahn liegt. Diesen Punkt – ein Blatt, ein Divot, ein abgebrochenes Tee etc. – siehst du am besten, wenn du hinter dem Ball stehst und die Ziellinie verfolgst.

Wenn du dein Zwischenziel festgelegt hast, gehe zum Ball und nehme in folgender Reihenfolge dein Set- Up ein:

- Stelle zuerst deinen Schläger an den Ball und richte die Schlagfläche auf das Zwischenziel aus.
- Stelle dann deinen rechten Fuss so ins Set- Up, dass die Innenkante des Fusses parallel zur Schlagfläche und senkrecht zur Ziellinie steht.
- Stelle jetzt deinen linken Fuß so dazu, dass beide Fußspitzen parallel zur Ziellinie stehen
- und schon bist du korrekt ausgerichtet.

Diese Routine hilft dir, das von dir gewählte Zwischenziel immer sauber anzuvisieren und dir mehr Sicherheit zu geben.

Viel Spaß beim Training wünscht dir,

*Dein Felix*



[www.facebook.com/golfinleicht/](https://www.facebook.com/golfinleicht/)



[@golfinleicht](https://www.instagram.com/golfinleicht)