



**GOLF** in Leicht

## DEINE PODCAST - CHECKLISTE

### Folge 42: Vom Winde verweht

#### Folgende Checkpunkte solltest du beachten:

##### **If its breezy - swing it easy!**

- Schlägerkopfgeschwindigkeit reduzieren.
- Kürzer greifen.
- Schwungumfang beibehalten.
- Wind ist der Scorekiller Nummer 1 - also entspannt bleiben.

##### **Plane den Wind ein:**

- Seitenwind:
  - Mit dem Wind spielen - also bei Wind von links einfach mehr links anhalten und dann hoffen, dass der Wind den Ball wieder zurück zum Ziel „bläst“.
  - Eine Flugkurve gegen den Wind schlagen - also bei Wind von links eine Rechts-Links Flugkurve gegen den Wind schlagen.
- Gegenwind:
  - beeinflusst den Ball am stärksten - vor allem in der Schlag- und Fluglänge.
  - Punch spielen (fliegt flach und rollt viel).
    - Schläger mehr nehmen.
    - Ball mehr zum hinteren Fuss legen.
    - Gewicht auf das vordere Bein.
    - Hände vor den Ball.
    - Kürzer und stärker greifen.
    - Schlagfläche leicht schliessen.
    - Swing it easy:~!

● Rückenwind:

- Schlage den Ball hoch in den Wind, um den Rückwind zu nutzen.
- Schläger mit mehr Loft nehmen.
- Ball zum vorderen Fuss platzieren.
- Hände sind hinter dem Ball.
- Schlagfläche etwas öffnen.

Viel Spaß beim Training wünscht dir,

*Dein Felix*



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



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