

# HELP

YOURSELF



## #3: DIE SCHLAGFLÄCHENSTELLUNG



STEFAN GEIGER | **GOLF**

## SCHLAGFLÄCHE IS KING.

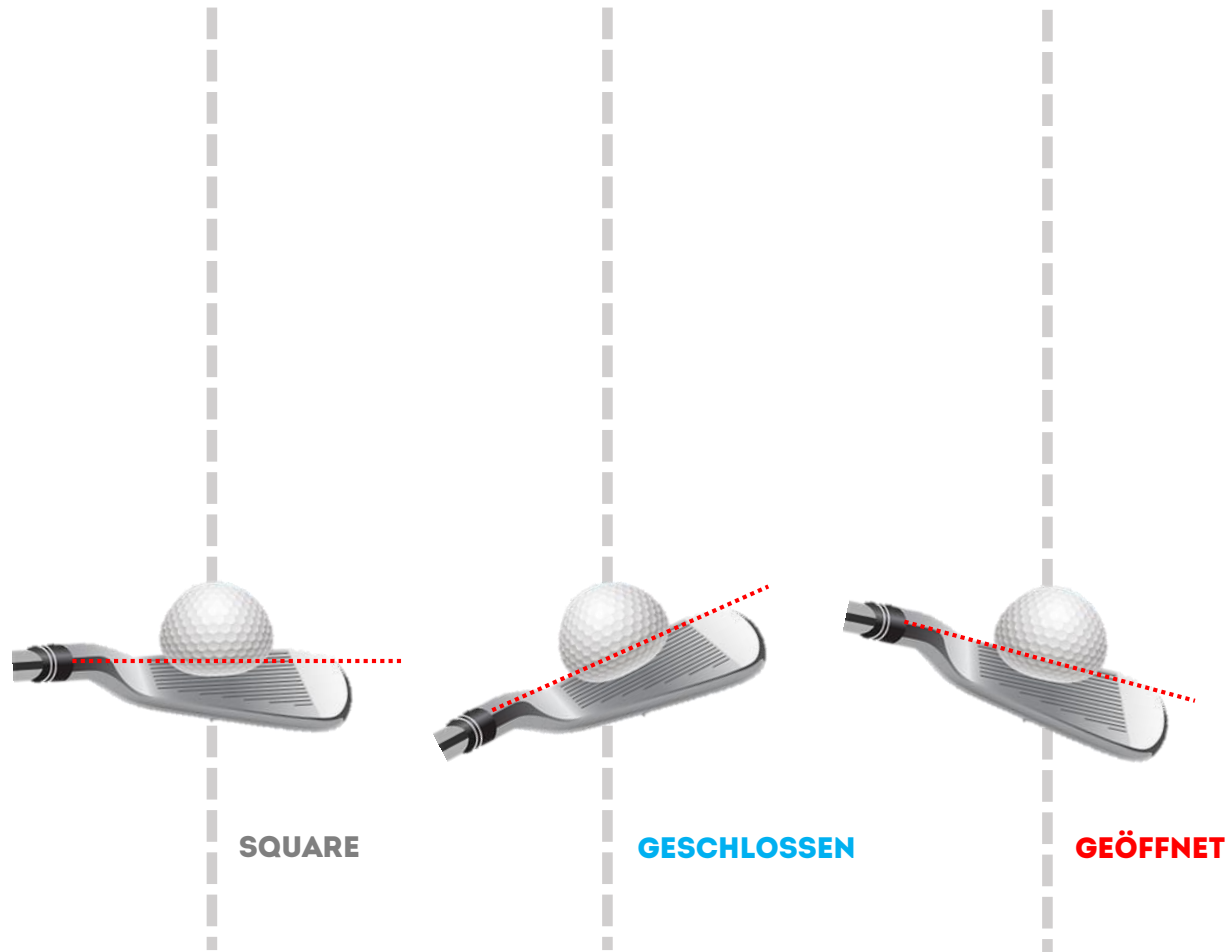
Damit keine Missverständnisse aufkommen: Golf ist eine komplexe Bewegung, in der wirklich viel schief laufen kann. Aber mit Abstand der wichtigste Faktor im Golf ist: die Schlagflächenstellung!

Zur Verdeutlichung: die Schlagfläche zeichnet bei einem Drive zu 85 % dafür verantwortlich wohin der Ball startet (und letztlich dann auch fliegt)!

Sie versorgt den Ball mit der Energie, die ihn in die Luft befördert, diktiert die Startrichtung des Balles und last not not least ist sie auch für den „Schnitt“, verantwortlich, der den Ball eine Kurve drehen lässt.

Grund genug, sich intensiver mit ihr auseinander zu setzen.

# SCHLAGFLÄCHENSTELLUNG



## DIE VERSCHIEDENEN STELLUNGEN DER SCHLAGFLÄCHE.

Es gibt drei verschiedene Schlagflächenstellungen:

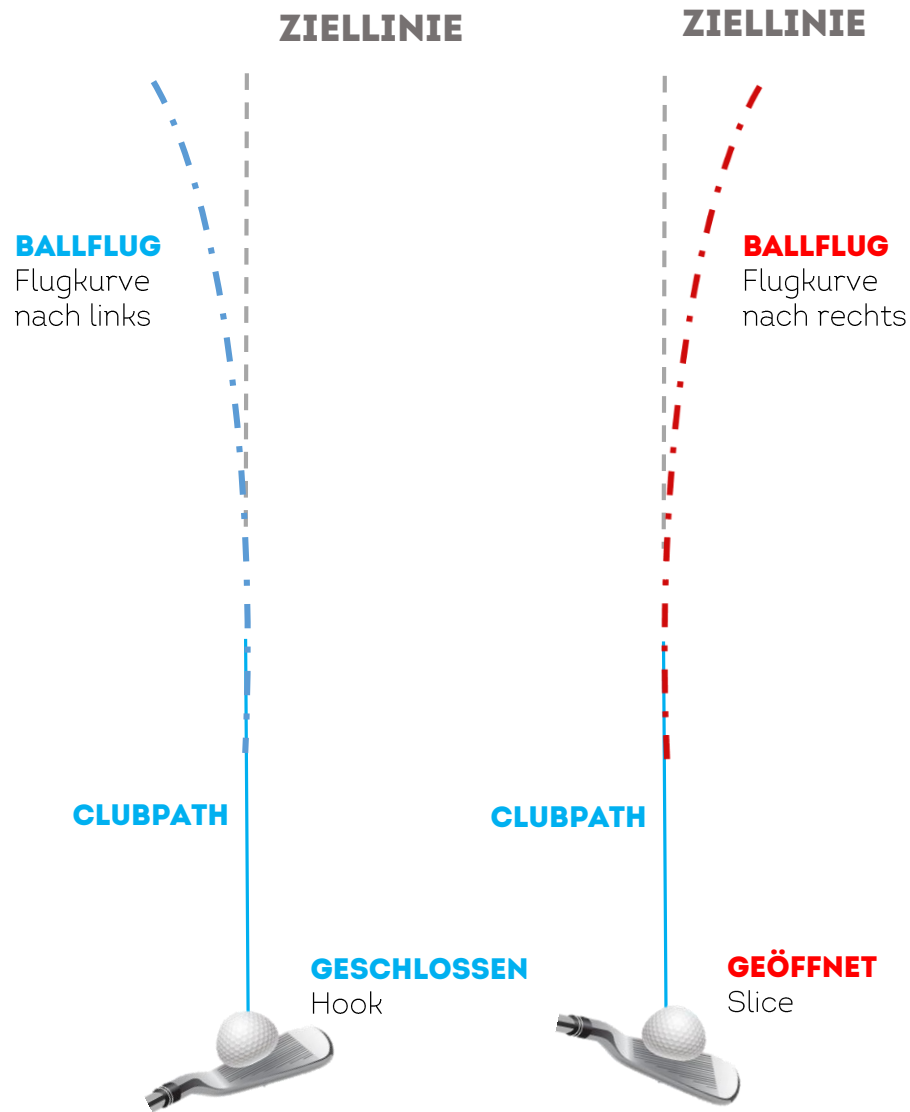
- Square
- Offen (Schlagfläche zeigt nach rechts vom Ziel)
- Geschlossen (Schlagfläche zeigt nach links vom Ziel).

Die Abbildungen zeigen, was man unter den genannten Begriffen versteht.

Die wesentlichste Ursache für eine verdrehte Schlagfläche (offen oder geschlossen) ist der Griff.

Die gute Nachricht: Dies kann relativ einfach korrigiert werden.

# SCHLAGFLÄCHENSTELLUNG



## AUSWIRKUNGEN EINER VERDREHTEN SCHLAGFLÄCHE.

Im Tech-Talk #1 haben wir über die Ballflüge gesprochen. Diese Informationen sind wichtig – und resultieren aus dem Zusammenspiel von Club Path (wohin bewegt sich der Schläger) und der Schlagflächenstellung.

Wenn sich Deine Bälle häufig auf Abwegen durch ungewollte Kurven befinden, kannst Du davon ausgehen, dass Deine Schlagfläche verdreht ist (sprich: sie steht nicht im rechten Winkel zum Club Path. Dies ist Grundvoraussetzung für einen geraden Ballflug).

Bei einem neutralen Club Path wird sich die Schlagflächenstellung wie folgt auswirken:

Ist die Schlagfläche offen – krümmt der Ball nach rechts. Es entsteht ein Slice.  
Ist sie geschlossen, werden die Bälle nach links abbiegen. Das nennt man Hook.



## ÜBER BRATPFANNEN UND SCHLAGFLÄCHEN.

Stell Dir vor, diese linke Hand gehört zu Dir. Das Handgelenk ist entspannt in einer neutralen Ausgangsposition und die Pfanne waagrecht.

Stell Dir vor, Du würdest den Griff lockern und Deine Hand weiter nach rechts (also über den Griff rüber) drehen. Jetzt greifst Du wieder zu.

Was würde passieren, wenn Du Dein Handgelenk jetzt wieder in die neutrale Ausgangsposition zurückbringen würdest?

Die Pfanne wäre nicht mehr waagrecht, sondern nach links gekippt, oder?

Wäre die Pfanne ein Golfschläger, wäre die Schlagfläche jetzt geschlossen. Adieu Rechtskurve!!

Um die Schlagfläche, bzw. Pfanne zu öffnen (also nach rechts zu kippen), müsstest Du die Hand weiter nach links drehen.

## FAZIT:

Eine verdrehte Schlagfläche sorgt für ungewollte Kurven.

Um künftig weniger Zeit im Rough und mehr Zeit auf dem Fairway zu verbringen, solltest Du versuchen den Golfschläger anders greifen.

Erst wenn Du einen „neutralen Griff“ gefunden hast, werden Deine Bälle gerade fliegen.

Was jetzt durchaus möglich sein könnte: dass die Bälle gerade nach links oder rechts sausen.

Dies hat allerdings nichts mit der Schlagfläche zu tun, sondern aus welcher Richtung Dein Schläger an den Ball kommt. Damit beschäftigen wir uns in dem Tech-Talk „Club Path“.

## TRAININGSTIPP:

Wenn Deine Bälle unbeabsichtigt Kurven drehen, ist das eine schöne Übung:

Drehe Deine Hände so weit nach rechts wie möglich. Schlage ein paar Bälle. Guck Dir an was passiert. Jetzt probiere das andere Extrem: drehe die Hände so weit nach links wie möglich. Was passiert jetzt?

Wichtig: verdrehe Deine Hände immer gemeinsam. Also nicht nur die linke, oder die rechte Hand.

Ja... es fühlt sich komisch an, wenn man neu greift. Gib Dir ein paar Bälle Zeit um Dich daran zu gewöhnen. Du kannst auch gerne nur halbe Schwünge machen.

Wenn Du herausgefunden hast, welche Auswirkungen die zwei Extreme haben, wirst Du sehr schnell einen Griff finden, der Deine Bälle gerade fliegen lässt. Viel Spaß dabei.

In meiner Help yourself Reihe greife ich lieber auf geläufige Formulierungen zurück, als auf fachlich korrekte Begrifflichkeiten. Dies soll vor allem dem besseren Verständnis dienen.

Tendenziell neigen wir Pros wohl dazu, viel zu oft, viel zu kompliziert und unverständlich zu sprechen. Dies versuche ich hier vermeiden.

t: 0174 59 29 141  
e: [brief@geiger.golf](mailto:brief@geiger.golf)  
w: [geiger.golf](http://geiger.golf)

STEFAN  
GEIGER | **GOLF**