



WELCOME TO THE
**SCORING
ZONE**

INDIVIDUELLES TRAININGSPROGRAMM FÜR DIE LETZTEN 100 METER



LERNZIELE

EINHEIT

1

SCORING CLUBS - BALLKONTAKT

In der ersten Einheit werden wir uns mit dem Ballkontakt der Scoring Clubs beschäftigen (#8 – PW). Ziel dieser Einheit ist es, einen wiederholbar guten Ballkontakt (Ball-Boden) zu erlangen. Die Grundvoraussetzung für Längenkontrolle.

EINHEIT

2

SCORING CLUBS - DISPERSION

In Einheit zwei wird die Schlagfläche- also die Richtungskontrolle Thema sein. Gute Ballkontakte sind das eine, die Richtung zu kontrollieren, das andere. Auch hier lernst Du eine sehr kompakte und einfache Methode kennen, die Dir hilft.

EINHEIT

3

DISTANCE WEDGES

Wir übertragen die Inhalte der ersten Einheiten auf das Wedge-Spiel. Distance Wedges sind nahezu volle Schläge ins Grün. Darüber hinaus werden wir go-Zonen und no-go-Zonen auf dem Grün definieren und erkennen können.

EINHEIT

5

PITCH / VARIATIONEN

Unterschiedliche Situationen benötigen unterschiedliche Lösungen. Du wirst lernen, wie ein Pitch mit viel Ballspeed geschlagen wird und wie Du einen soften, hohen Pitch spielst, der weich landet.

EINHEIT

7

CHIP / VARIATIONEN

Ähnlich dem Pitch lernst Du hier, wie ein wiederholbarer „flachen“ Chip und wie der „hohe“, weiche Chip gespielt wird. Denn gerade rund um's Grün sind unterschiedliche Varianten ungemein hilfreich.

EINHEIT

8

PUTT

In der letzten Einheit des Programms werden wir uns dem Putten widmen. Hier geht es vor allem darum, einen Putting Stroke zu entwickeln, der „frei“ von Kompensationen ist. Die Grundvoraussetzung für Längen- und Richtungskontrolle.

DETAILS

DIE
SPIELER
1

HANDICAP

Das Programm baut auf vorhandene Fertigkeiten auf und setzt deshalb ein gewisses Maß an Sicherheit im eigenen Spiel voraus. Deshalb richtet es sich an Spieler mit einem HDCP von max.36. Ausnahmen sind möglich -sprecht mich einfach an.

DIE
SPIELER
2

MAX. TEILNEHMER

Die „Scoring Zone“ ist ein hochwertiges und zielorientiertes Einzel-Trainingsprogramm. Da Training mit Freunden nicht nur mehr Spaß macht, sondern auch die Motivation fördert, können bis zu maximal vier Spieler daran teilnehmen.

DIE
DAUER
1

LÄNGE DER EINHEITEN

Die Einheiten dieses Programms werden (entgegen der normalen Einzelstunde) 60 Minuten dauern.

So ist gewährleistet, dass alle Inhalte vermittelt werden können – selbst bei vier Teilnehmern.

DIE
DAUER
2

ZEITRAUM

Das Programm umfasst sechs Einheiten die im wöchentlichen Rhythmus durchgeführt werden können. Meine Empfehlung: nach den Scoring Club/Distance Wedges und nach dem Pitch eine Woche Pause, um die Inhalte selbstständig einzuüben.

DIE
DAUER
3

TERMINIERUNG

Da es sich um ein Individual-Programm handelt, können sämtliche Trainingstermine individuell vereinbart werden. So passt sich das Programm perfekt Deinem Terminkalender – und Deinem Lerntempo an.

DIE
KOSTEN

PREISE & LEISTUNGEN

1 Person: **349,-Euro** 2 Personen: **429,-Euro**
3 Personen: **519,- Euro** 4 Personen: **599,- Euro**

Leistungen: 6 Trainingseinheiten / Handouts zu den Modulen / Equipment-Analyse / Trainingspläne / personalisiertes BagTag