SFT Golf Akademie 360°

Kurz Spiel

Kurzspiel Kurse auf der Golfanlage Schopfheim-Hausen

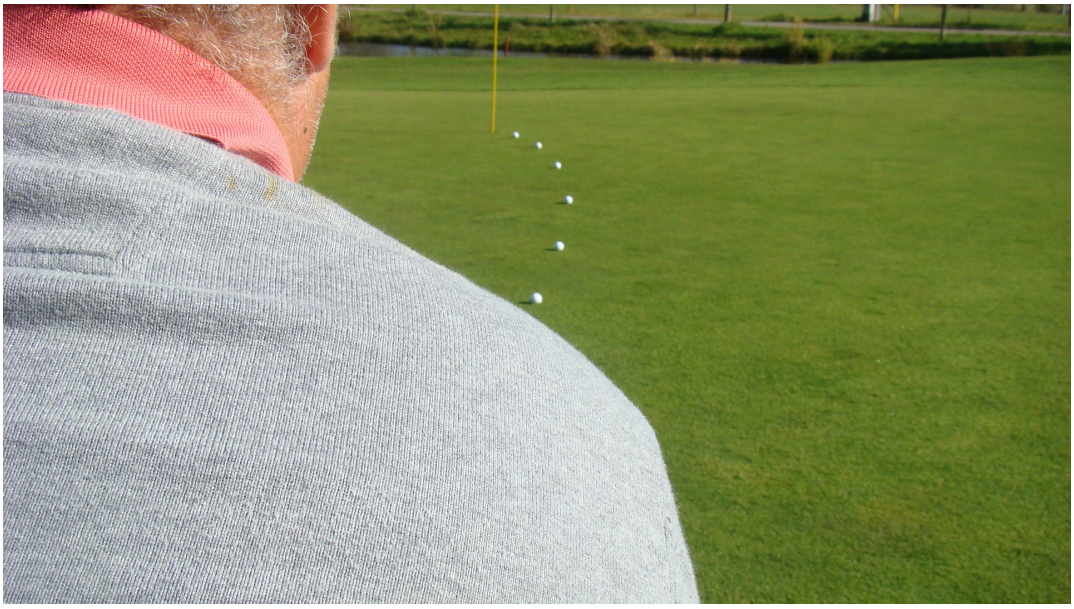
SFT Golf

- **Einführung in das Kurze Spiel**
- **Putting Konzept**
- **Pitch and Roll Konzept**
- **Pitch Konzept für Schläge zwischen 20 m und 95 m**
- **Bunkerschläge**
- **Green lesen für das Kurze Spiel**
- **Kurzspiel Strategie**
- **Schlägerfitting im Zusammenhang mit dem Kurzen Spiel**

Das Kurzspiel macht 65% des gesamten Spiels aus. Deshalb ist der einfachste Weg sein Score zu verbessern, sein kurzes Spiel zu verbessern.

Das Kurze Spiel hat viele Facetten: das Putten, Pitch and Roll, Pitchen, Bunkerschläge, die Visualisierung des Schlages und das Rollen des Balles.

Die Zusammensetzung der perfekten Ausrüstung, angepasst an die jeweiligen Fähigkeiten des Golfspielers.



Wir visualisieren und lesen das Gelände für das Kurze Spiel.

Der Kurs wird geleitet von Golf Pro:
Henrik Jentsch

SFT Golf Akadime 360°
Ehner-Fahrnau 12
D-79650 Scholfheim-Hausen
Germany

Telefon: +49 (0) 1792079832
E-Mail: henrik@golf247.de
Web: www.golf247.de

Preise Kurs: 50,-€

Preise Seminar: 30,-€

Der Kurzspielkurs ist eine 4 stündige Einführung in die Philosophie des Spiels um das Grün . Nach 2 Stunden werden wir eine kurze Pause einlegen .

Das Kurzspiel Seminar ist ein 2 stündiger Vortrag.

SFT Golf

- Einführung in das Kurze Spiel
- Putting Konzept
- Pitch and Roll Konzept
- Pitch Konzept für Schläge zwischen 20 m und 95 m
- Bunkerschläge
- Green lesen für das Kurze Spiel
- Kurzspiel Strategie
- Schlägerfitting im Zusammenhang mit dem Kurzen Spiel

Kurz Spiel

Einführung in das Kurze Spiel

Der Kurzspiel Kurs beginnt mit dem ersten Teil, einer Einführung in die Fertigkeiten des Kurzspiels und schneidet kurz jede Fertigkeit an. Der zweite Teil beginnt mit den Fertigkeiten des Pitch und Rolls und zielt ausschließlich auf die Längenkontrolle des Fluges und des Rollens, die wichtigste Grundlage des zweiten Teils der Fertigkeiten. Das Nächste ist eine Lektion für das Setup und Ausrichten des Körpers und des Schlägers, für den genauen Bewegungsablauf, abgestimmt auf die Biomechanik, sowie das Timing der perfekten Längenkontrolle. Die nächste Unterrichtseinheit lehrt Sie das Grün instinktiv und analytisch zu untersuchen, um den voraussichtlichen Weg des Balles selbst auf schiefen Ebenen zu erkennen. Mit dieser Analyse findet man den Landepunkt in der der Ball landen und weiter zum Ziel rollen soll.

Der Unterricht beginnt und endet mit der Längenkontrolle, da nur hiermit eine konstante Ballgeschwindigkeit am Ziel des Balles erreicht werden kann. Diese Konstanz ermöglicht es den Weg des Balles zu erkennen, ohne ihn spielen zu müssen, aber nur wenn der Ball immer mit der richtigen Geschwindigkeit und Rhythmus gespielt wird.

SFT Golf

- Einführung in das Kurze Spiel
- Putting Konzept
- Pitch and Roll Konzept
- Pitch Konzept für Schläge zwischen
- 20 m und 95 m
- Bunkerschläge
- Green lesen für das Kurze Spiel
- Kurzspiel Strategie
- Schlägerfitting im Zusammenhang mit dem Kurzen Spiel

PuttingZone

Einführung PuttingZone: Vier Fertigkeiten

Eine allgemeine Einführung in die vier Fertigkeiten des Puttens:

1. **Die richtige Geschwindigkeit für den Putt erlernen.**
2. **Analysieren des Putts für das Ziel und Setup, die Startlinie und die**
3. **Distanz. Anhand der Erkenntnisse das Zielen, das Setup und den Schwung durchführen.**
4. **Den Putt anhand der gewonnenen Informationen korrekt lesen.**

Diese vier Fertigkeiten stehen in direkter Verbindung zu den Fähigkeiten des Spielers einen konstanten und präzisen Putt durchzuführen. Der Putt selbst ist präzise für Spieler die das gleiche Tempo und dieselbe Geschwindigkeit verwenden, und sich nur die Größe des Rückschwungs ändert. Zuerst lernt der Spieler die Grundidee und Techniken von PuttingZone, basierend auf wissenschaftlichen Untersuchungen des Gehirns in Bezug auf den Instinkt unter Berücksichtigung von wissenschaftlichen Untersuchengen der Anatomie, Biomechanik, Kinesiologie und unter Berücksichtigung der physikalischen Gesetze der Interaktion zwischen Körper und Putter, dem Putter und dem Ball, dem Ball und dem Grün und dem Ball und dem Loch.

Das Kurzspielkonzept ist aufgebaut und entwickelt durch das mentale und visuelle Konzept der PuttingZone von Geoff Mangum und des biomechanischen Bewegungsablaufes des SwingModels entwickelt von Dr. Ralph Mann.

Kurz Spiel

SFT Golf

- Einführung in das Kurze Spiel
- Putting Konzept
- Pitch and Roll Konzept
- Pitch Konzept für Schläge zwischen 20 m und 95 m
- Bunkerschläge
- Green lesen für das Kurze Spiel
- Kurzspiel Strategie
- Schlägerfitting im Zusammenhang mit dem Kurzen Spiel

Basiert auf Daten von 87 PGA Spielern aus: 90m, 68m, 45m, 22m zur Fahne.

Dr. Ralph Mann von SwingModel hat eine Studie mit den 87 besten PGA Tour Spielern aus unterschiedlichen Längen und Lagen, 90 m, 68 m, 45 m und 22 m zur Fahne durchgeführt.

Im ersten Teil des Kurses werden wir das Pitch and Roll analysieren. 3-11m vom Landepunkt entfernt und 1-17m Roll zur Fahne.

Wir lernen das visualisieren der richtigen Länge und das aussuchen des richtigen Schlägers für die Längenkontrolle des Landepunktes zur Fahne.

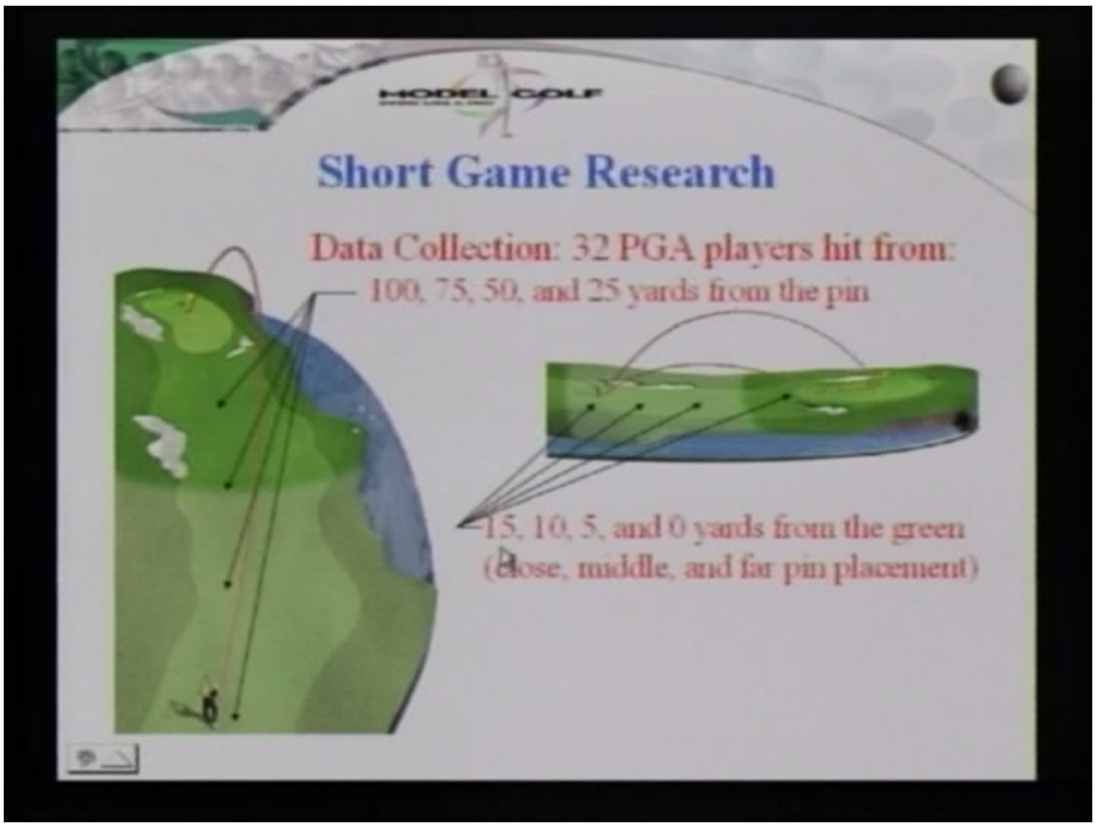
Im zweiten Teil des Kurses lernen wir das Pitchen zwischen 20 und 95 m.

Mit 3 verschiedenen Bewegungsabläufen und 4 Schlägern haben wir 12 verschiedene Längen.

Im dritten Teil werden wir die Technik und Philosophie des Bunkerspiels erfahren.

Im vierten Teil werden wir über das Fitting und das Auswählen der perfekten Ausrüstung für das kurze Spiel, angepasst an die Fähigkeiten jedes Spielers reden.

Im fünften Teil werden wir die perfekte Kurzspielstrategie angepasst an die Spielstärke jedes Spielers besprechen.



Kurz Spiel

Warum das Kurzspiel so wichtig ist:

SFT Golf

- Einführung in das Kurze Spiel
- Putting Konzept
- Pitch and Roll Konzept
- Pitch Konzept für Schläge zwischen 20 m und 95 m
- Bunkerschläge
- Green lesen für das Kurze Spiel
- Kurzspiel Strategie
- Schlägerfitting im Zusammenhang mit dem Kurzen Spiel

Aus der unteren Tabelle könnt Ihr ersehen, dass ein Tourspieler und ein Amateur mit Handicap 28 je 10 Pitchs pro Runde (18 Loch) benötigen. Von diesen 10 Pitchs braucht der Tourspieler kein Pitch and Roll, der Amateur aber 5. Jeder benötigt jetzt 10 Putts. Der Tourspieler pitcht den Ball so nah an die Fahne, dass er aufgrund seiner guten Längenkontrolle und Technik 5 Einputts benötigt. Der Amateur pitcht den Ball aufgrund seiner schlechteren Längenkontrolle und Technik weiter weg von der Fahne und benötigt dadurch mehr Zwei - bzw. Dreiputts.

Für das Kurze Spiel benötigt der Tourspieler pro Runde 25 Schläge und der Amateur mit Handicap 28 benötigt deutlich mehr Schläge.

Wie Ihr an dieser Tabelle nun auch erkennen könnt, kann man durch Verbesserung seines Kurzen Spiels seinen Score und damit auch sein Handicap drastisch verbessern.

Schlagart	Tourspieler	Handicap 28	Differenz
1. Pitch	10	10	0
2. Pitch and Roll	0	5	5
1. Putt	10	10	0
2. Putt	5	7	2
3. Putt	0	1	1
Anzahl Schläge	25	33	8

In Prozent	35%	31%	22%

SFT Golf Akademie 360°

Kurz Spiel

SFT Golf

- Einführung in das Kurze Spiel
- Putting Konzept
- Pitch and Roll Konzept
- Pitch Konzept für Schläge zwischen 20 m und 95 m
- Bunkerschläge
- Green lesen für das Kurze Spiel
- Kurzspiel Strategie
- Schlägerfitting im Zusammenhang mit dem Kurzen Spiel

Ballflugstrategie:

Wenn man weit genug von der Fahne entfernt ist (40m oder weiter), spielt man die Fahne direkt an.

Wenn man nahe am Grün ist (20m oder weniger), den Ball ¼ der Strecke fliegen und den Rest zur Fahne rollen lassen.

Vermeiden Sie Längen zwischen den oben genannten Gruppen (da man dadurch schlechtere Ergebnisse erzielt).

Ballflug:

Die Flughöhe der beiden Schlagarten passt nicht genau in die Definition des Pitch oder Chip. Sie wird ausschließlich durch den Abstand zum Grün und zur Fahne bestimmt.

Pitch and Roll Schlägerwahl zwischen 1m und 17m

	1m	3m	5m	7m	9m	11m	13m	15m	17m
3m	60°	56°	52°	48°P	9	8	7	6	5?
5m		60°	56°	52°	48° P	9	8	7	6
7m			60°	56°	52°	48°P	9	8	7
9m				60°	56°	52°	48°P	9	8
11m					60°	56°	52°	48°P	9

Schlägerwahl beim Pitchen zwischen 20m und 95m

		F-Oben		F-Mitte		F-Unten			
	48°	95m-1m		75m-3m		55m-7m			
11:30 Uhr			F-Oben		F-Mitte		F-Unten		
	52°		80m-1m		60m-3m		40m-7m		
9:00 Uhr				F-Oben		F-Mitte		F-Unten	
	56°			75m-1m		55m-3m		35m-7m	
7:30 Uhr					F-Oben		F-Mitte		F-Unten
	60°				60m-1m		40m-3m		20m-7m

Kurz Spiel

Bewegungsablauf für das Kurzspiel

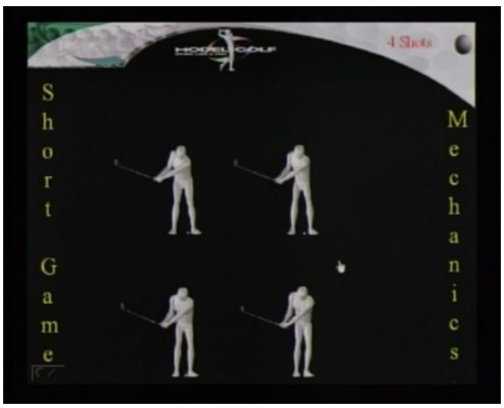
Der Bewegungsablauf beim Kurzspiel ist immer derselbe, unabhängig vom Abstand zur Fahne.

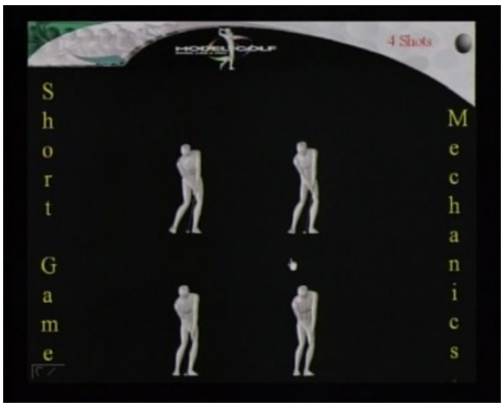
Die Länge

Die Länge des Schlags wird bestimmt durch die Schwunglänge, die Schläger-wahl und die Position der Hände

Der Unterschied zwischen Pitch und Pitch and Roll

Beim Pitch wird der Schläger hinten am Schaft gehalten, bei Pitch and Roll mit der selbe abstand für jede schläger (ca. 24“)

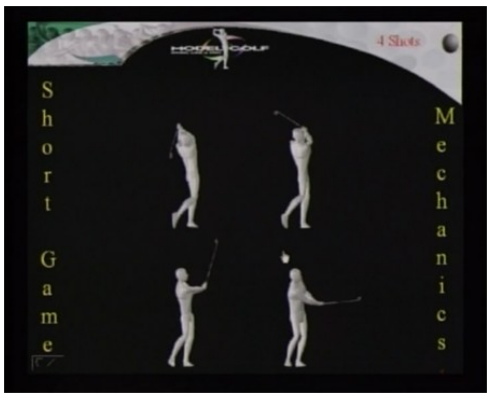


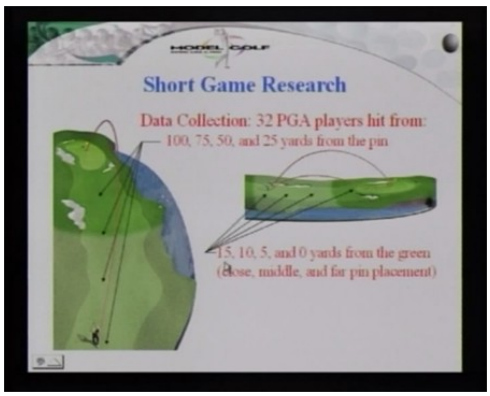


SFT Golf

- Einführung in das Kurze Spiel
- Putting Konzept
- Pitch and Roll Konzept
- Pitch Konzept für Schläge zwischen 20 m und 95 m
- Bunkerschläge
- Green lesen für das Kurze Spiel
- Kurzspiel Strategie
- Schlägerfitting im Zusammenhang mit dem Kurzen Spiel

SFT Golf





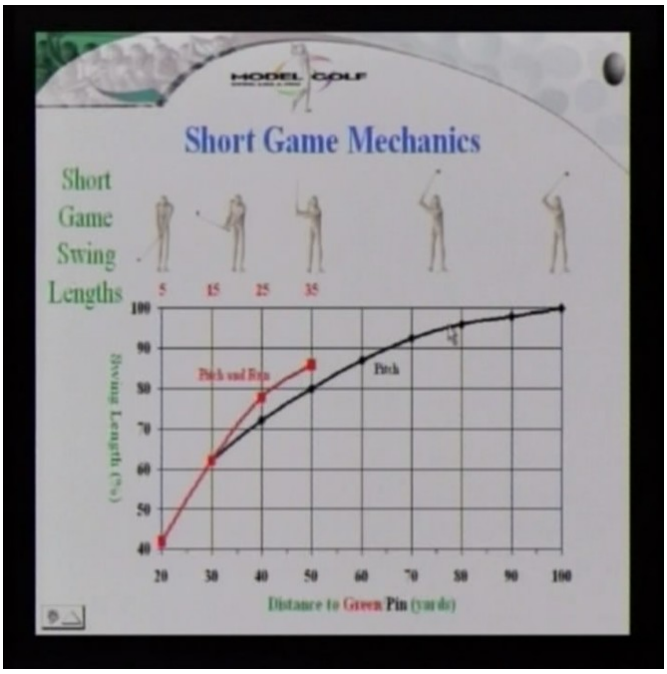
- Einführung in das Kurze Spiel
- Putting Konzept
- Pitch and Roll Konzept
- Pitch Konzept für Schläge zwischen 20 m und 95 m
- Bunkerschläge
- Green lesen für das Kurze Spiel
- Kurzspiel Strategie
- Schlägerfitting im Zusammenhang mit dem Kurzen Spiel

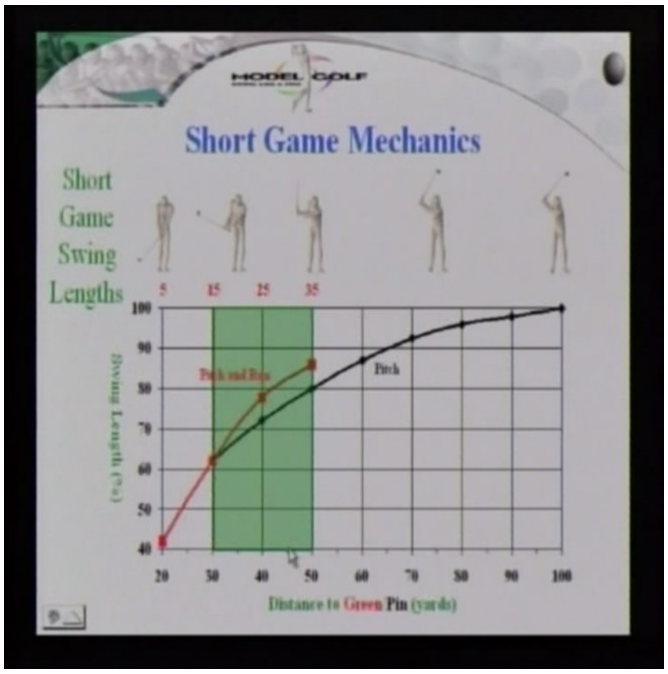
Ballflugstrategie:

Wenn man weit genug von der Fahne entfernt ist (40m oder weiter), spielt man die Fahne direkt an.

Wenn man nahe am Grün ist (20m oder weniger), den Ball ¼ der Strecke fliegen und den Rest zur Fahne rollen lassen.

Vermeiden Sie Längen zwischen den oben genannten Gruppen (da man dadurch schlechtere Ergebnisse erzielt).





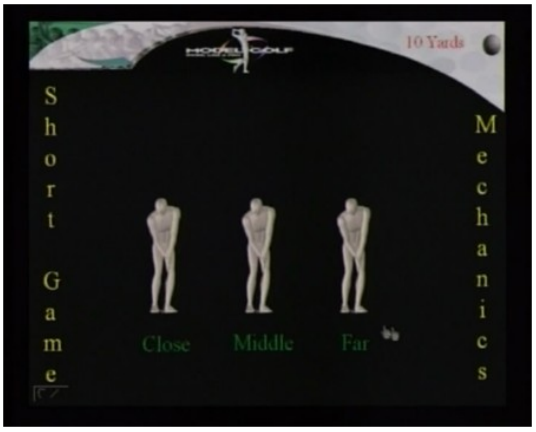
Bewegungsablauf des Kurzspiels

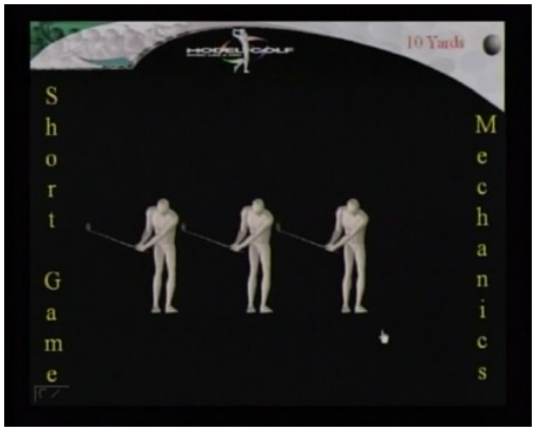
Die Pitch and Roll Bewegung

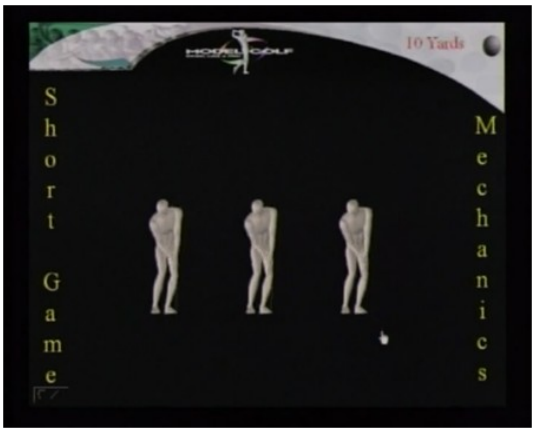
Egal welcher Abstand, der Pitch and Roll Bewegungsablauf ist immer derselbe für jede Fahnenposition.

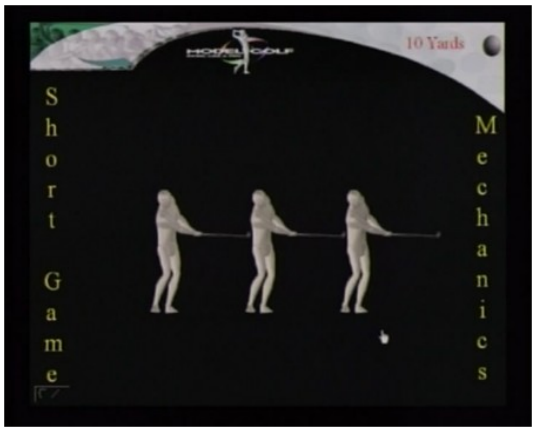
Die Pitch and Roll Länge

Die Höhe (und Länge) des Pitch and Roll wird nur durch die Schlägerwahl (Loft) kontrolliert.









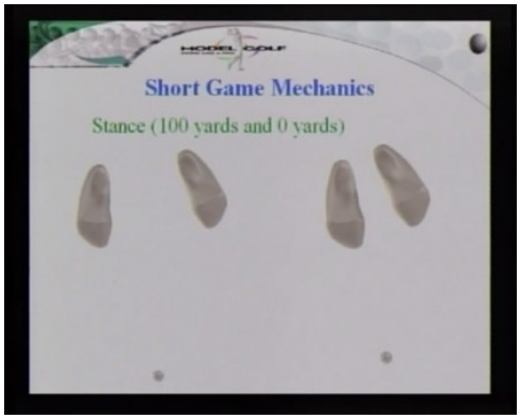
SFT Golf

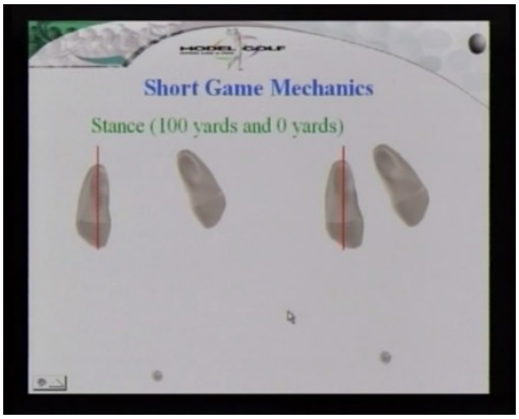
- Einführung in das Kurze Spiel
- Putting Konzept
- Pitch and Roll Konzept
- Pitch Konzept für Schläge zwischen 20 m und 95 m
- Bunkerschläge
- Green lesen für das Kurze Spiel
- Kurzspiel Strategie
- Schlägerfitting im Zusammenhang mit dem Kurzen Spiel

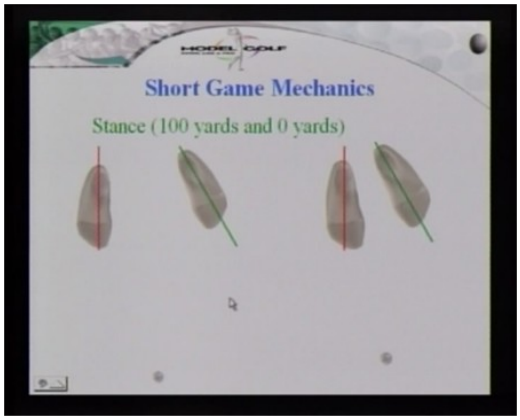
Der Stand des Pitch und Pitch and Roll.

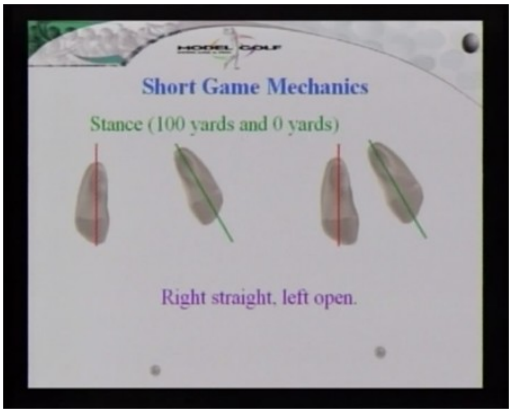
SFT Golf

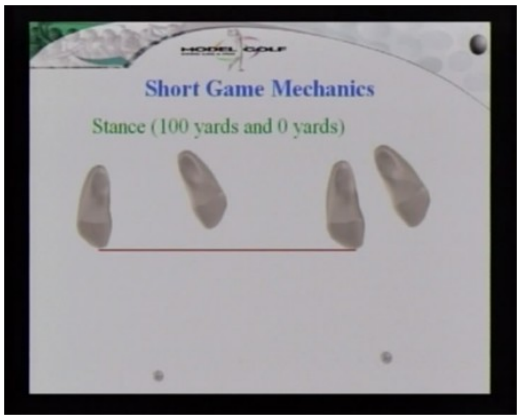
- Einführung in das Kurze Spiel
- Putting Konzept
- Pitch and Roll Konzept
- Pitch Konzept für Schläge zwischen 20 m und 95 m
- Bunkerschläge
- Green lesen für das Kurze Spiel
- Kurzspiel Strategie
- Schlägerfitting im Zusammenhang mit dem Kurzen Spiel

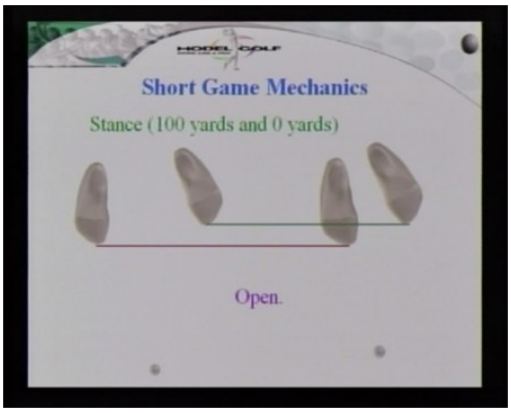


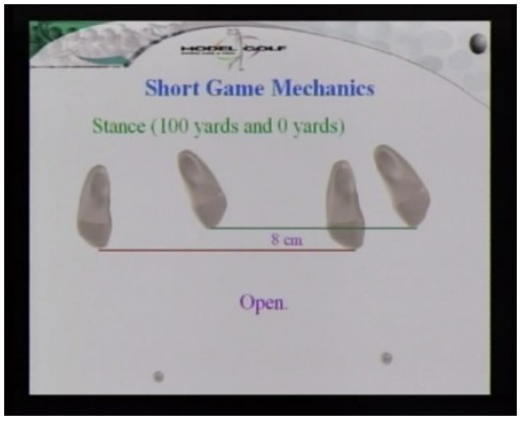


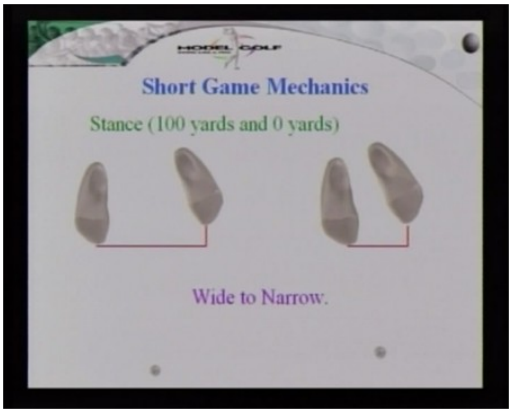












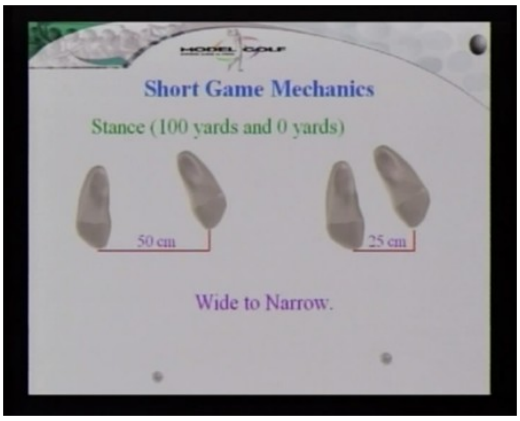
SFT Golf Akademie 360°

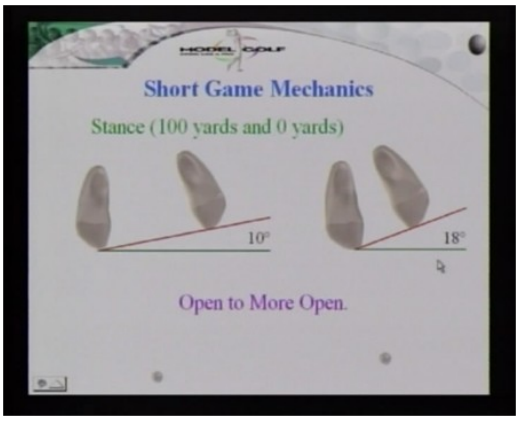
Kurz Spiel

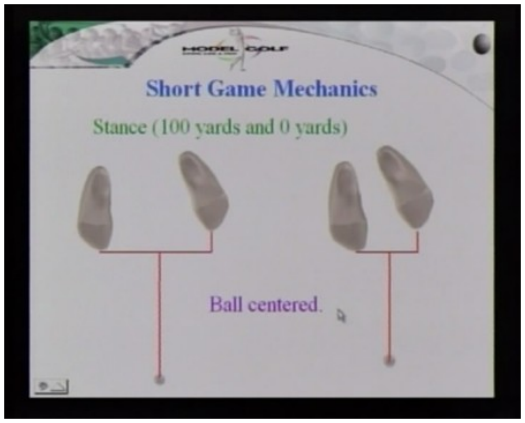
Der Stand des Pitch und Pitch and Roll.

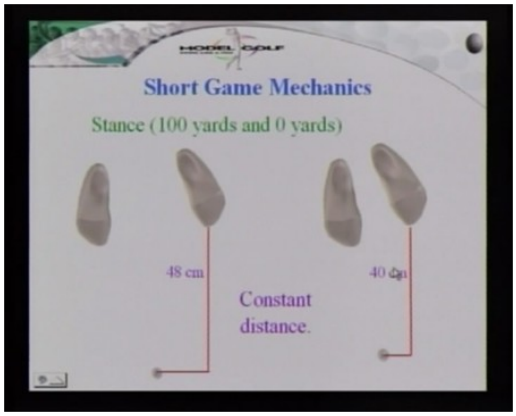
SFT Golf

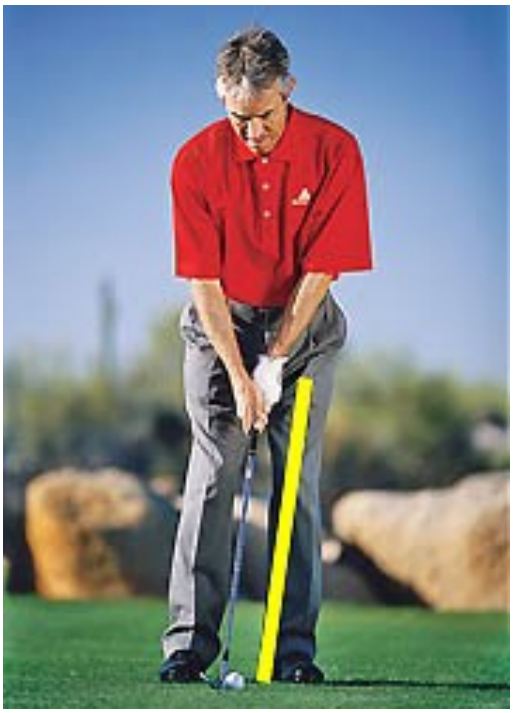
- Einführung in das Kurze Spiel
- Putting Konzept
- Pitch and Roll Konzept
- Pitch Konzept für Schläge zwischen 20 m und 95 m
- Bunkerschläge
- Green lesen für das Kurze Spiel
- Kurzspiel Strategie
- Schlägerfitting im Zusammenhang mit dem Kurzen Spiel







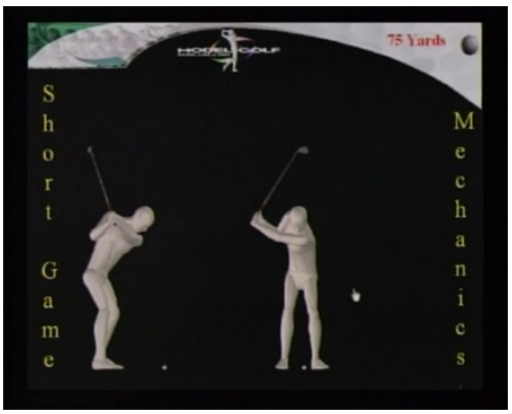


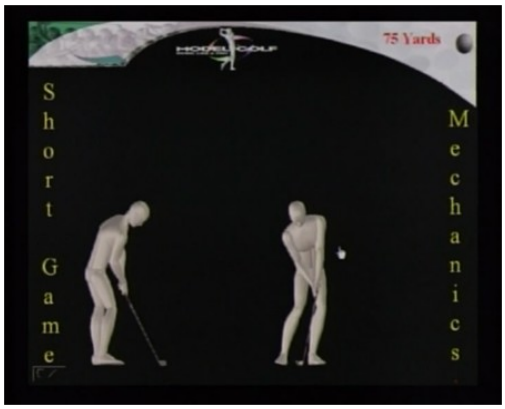


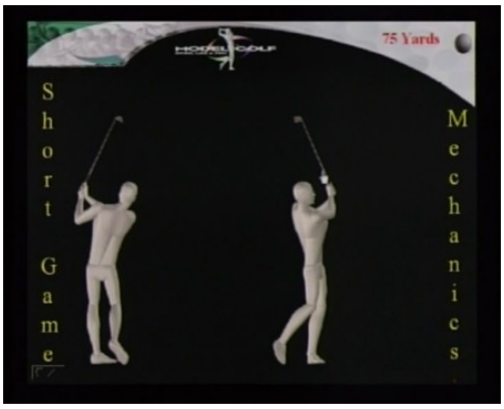
SFT Golf

- Einführung in das Kurze Spiel
- Putting Konzept
- Pitch and Roll Konzept
- Pitch Konzept für Schläge zwischen 20 m und 95 m
- Bunkerschläge
- Green lesen für das Kurze Spiel
- Kurzspiel Strategie
- Schlägerfitting im Zusammenhang mit dem Kurzen Spiel

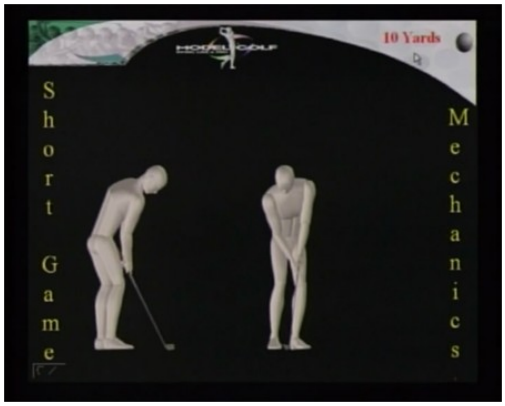
Der Bewegungsablauf des Pich bei 85 m

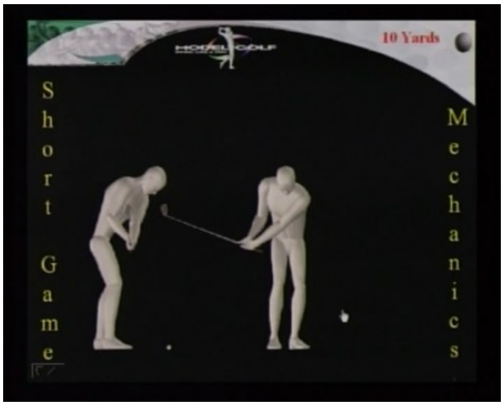


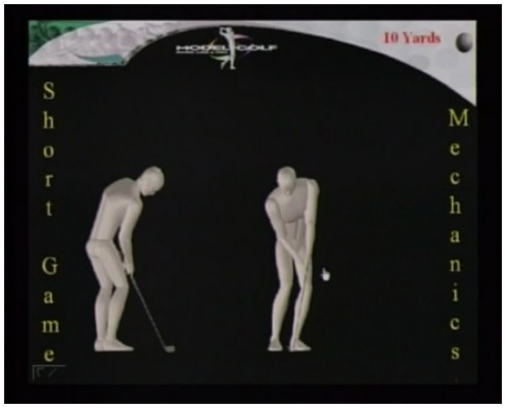


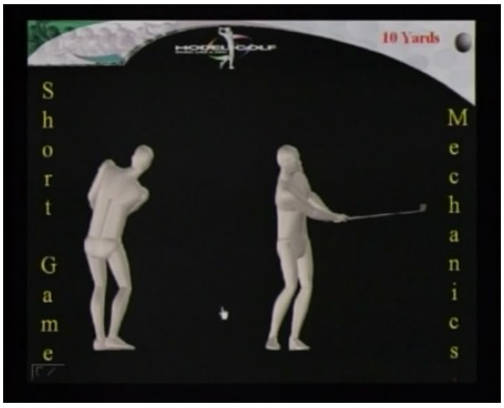


Der Bewegungsablauf des Pich and Roll bei 10 m









Technik und Philosophie des Bunker Spiels.

SFT Golf

- Einführung in das Kurze Spiel
- Putting Konzept
- Pitch and Roll Konzept
- Pitch Konzept für Schläge zwischen 20 m und 95 m
- Bunkerschläge
- Green lesen für das Kurze Spiel
- Kurzspiel Strategie
- Schlägerfitting im Zusammenhang mit dem Kurzen Spiel

Je besser die Lage Deines Balls, (umso höher sitzt der Ball auf dem Sand) je weiter vorne sollte der Ball im Stand positioniert werden.

Je schlechter die Lage Deines Balls, (umso tiefer sitzt der Ball im Sand) je weiter hinten sollte der Ball im Stand positioniert werden.

Je weiter vorne der Ball im Stand positioniert ist, umso mehr sollte man den Schläger öffnen.

Je weiter hinten der Ball im Stand positioniert ist, umso mehr sollte man den Schläger schließen.

Je mehr man den Schläger öffnet

- Umso mehr muss man nach links zielen
- Umso mehr rutscht der Schläger durch den Sand
- Umso höher fliegt der Ball
- Umso mehr backspinn bekommt der Ball
- Umso weicher landet der Ball und rollt weniger

Je mehr man den Schläger schließt

- Je gerader oder mehr nach rechts sollte man zielen
- Umso tiefer muss man den Schläger in den Sand bohren
- Umso flacher fliegt der Ball
- Umso weiter rollt der Ball nach der Landung

Je mehr man den Schwung fertig macht

- Umso kleiner ist die Chance den Ball im Sand zu lassen
- Umso konstanter wird Deine Längenkontrolle
- Umso weniger Krafteinsatz durch den Treffmoment

Je kürzer der Schwung ist

- Umso weniger Vorwärtsbewegung wird Dein Schwung haben
- Umso weicher wird Dein Ball landen
- Umso größer ist die Chance den Ball im Sand zu lassen

In der Tabelle sind standart Bunkerschläge mit einer Ausholbewegung bis 9:00 Uhr und ein offener Stand 12° nach links.

Schläger	Loft	Shaft Längen	Flug Länge
L-Wedge	60°	35"	7 m
S-Wedge	56°	35"	11 m
G-Wedge	52°	35"	15 m
P-Wedge	48°	35.5"	20 m
9-Eisen	45°	36"	25 m
8-Eisen	43°	36.5"	30 m

Technik und Philosophie des Bunker Spiels.

In der Tabelle stehen die verschiedenen Stand und Ballpositionen für die Technik des Bunkerspiels.

Man muss ein gesundes Selbstvertrauen haben um den Schwung perfekt und aggressiv durchzuführen, damit man durch den Sand schwingt und nicht den Ball trifft.

SFT Golf

- Einführung in das Kurze Spiel
- Putting Konzept
- Pitch and Roll Konzept
- Pitch Konzept für Schläge zwischen 20 m und 95 m
- Bunkerschläge
- Green lesen für das Kurze Spiel
- Kurzspiel Strategie
- Schlägerfitting im Zusammenhang mit dem Kurzen Spiel

Stand Und Schwung	Weit offen	halb offen	etwas offen	gerade oder etwas geschlossen
Stand und Schulter	Gerade zur Schwunglinie, 17° links von der Ziellinie Schwingen	12° Links von der Ziellinie schwingen	7° Links von der Ziellinie schwingen	Gerade oder etwas rechts von der Ziellinie schwingen
Ballposition	Innerhalb der linken Verse	2° hinter der linken Verse	Etwas vor der Mitte, Stand	Mitte Stand
Schläger durch den Sand	Bounce und 1,5 cm tief durch den Sand	Etwas Bounce und 3 cm tief durch den Sand	Ganz wenig Bounce und 4,5 cm tief durch den Sand	Kein Bounce und 5,5 cm tief und den Ball rausziehen

Technik und Philosophie des kurzen Spiels

Die Kunst des Kurzspiels: Viele äußere Einflüsse beeinflussen Das Kurzspiel, zum Beispiel:

Natur

- **Wind**
- **Regen**

Lage des Balls

- **Rough**
- **Unebene Flächen**

Landepunkt des Balls

- **Unebene Flächen**
- **Geschwindigkeit des Greens**

SFT Golf

- Einführung in das Kurze Spiel
- Putting Konzept
- Pitch and Roll Konzept
- Pitch Konzept für Schläge zwischen 20 m und 95 m
- Bunkerschläge
- Green lesen für das Kurze Spiel
- Kurzspiel Strategie
- Schlägerfitting im Zusammenhang mit dem Kurzen Spiel

Philosophie des kurzen Spiels

Perfekte Beispiele

Beachtung der Körperhaltung

Strategie des Ballfluges

Strategie der Flughöhe

Strategie für den Spin des Balles

Aufteilung des kurzen Spiels in

- **Pitch**
- **Pitch and Roll**

Schlägerwahl

Bewegungsablauf

Theorie des kurzen Spiels

Die Überprüfung einer Theorie soll diese bestätigen, deren Fehler aufdecken, sie verfeinern oder weiterentwickeln.

All die verschiedenen Theorien sollen eingehend hinterfragt werden.

Das Ziel dieser Arbeit ist es, den besten Weg zu finden, all diese Informationen in Ihr „kurzes Spiel“ zu bringen.

Schlägerfitting im Zusammenhang mit dem Kurzen Spiel

Die am meisten vernachlässigten Schläger beim Schlägerfitting sin die Wedges. Dabei kann man gerade mit diesen Schlägern sein Kurzes Spiel und damit auch seinen Score drastisch verbessern. Der Grund hierfür liegt in den verschiedenen Loft, Lies, Bounce, Schlägerlänge, Shafthärte und Shaftperformance. Diese müssen an die Fähigkeiten und Technik eines jeden einzelnen Spielers angepasst werden.

SFT Golf

- Einführung in das Kurze Spiel
- Putting Konzept
- Pitch and Roll Konzept
- Pitch Konzept für Schläge zwischen 20 m und 95 m
- Bunkerschläge
- Green lesen für das Kurze Spiel
- Kurzspiel Strategie
- Schlägerfitting im Zusammenhang mit dem Kurzen Spiel

In der Tabelle könnt Ihr die verschiedenen Wedge Typen mit den jeweiligen Loft, Lie, Bounce, Schlägerlänge und Shaft sehen. Zudem könnt Ihr sehen was für Schläger Ihr für welche Platzgegeben heiten auswählen solltet.

Wedge Type	Loft	Lie Winkel	Shaft Länge	Bounce Tiefe	Bounce Breite	Shaft Flex
PW	45°-49°	61°-63°	35"-36"	0.20"-0.40"	0.30"-0.50"	R (6.0)
GW	50°-53°	61.5°-63.5°	34.5"-35.5"	0.45"-0.75"	0.45"-0.90"	R (5.5)
SW	54°-57°	62°-64°	34"-35"	0.20"-0.55"	0.20"-0.40"	R (5.0)
LW	58°-62°	62.5°-65°	33.5"-34.5"	0.20"-0.40"	0.35"-0.60"	L (4.5)

Bounce und Applikation	Länge Bounce Kurz 0.10"-0.40"	Länge Bounce Mittel 0.40"-0.70"	Länge Bounce Breite 0.70"-1.00"
Minimal Bounce 0.20"-0.35"	Harter Boden Fester Fairway Vorgrün Harter Sand	Fairway Leichter Rough Halb harter Sand	Weicher Fairway Leichter Rough Nasser Sand
Mittel Bounce 0.35"-0.50"	Fairway Halb harter Sand Nasser Sand	Leichter Rough Weicher Fairway Mittlerer Sand	Mittlerer Rough Weicher Sand
Großer Bounce 0.50"-0.65"	Mittlerer Rough Weicher Sand	Schweres Rough Sehr weicher Sand	Sehr schweres Rough Feiner, weicher Sand
Maximal Bounce 0.65"-0.80"	Schweres Rough Sehr weicher Sand	Sehr schweres Rough Feiner, weicher Sand	Extrem schweres Rough Zucker feiner Sand Tannennadeln

Eigene Notizen

SFT Golf

- Einführung in das Kurze Spiel
- Putting Konzept
- Pitch and Roll Konzept
- Pitch Konzept für Schläge zwischen 20 m und 95 m
- Bunkerschläge
- Green lesen für das Kurze Spiel
- Kurzspiel Strategie
- Schlägerfitting im Zusammenhang mit dem Kurzen Spiel