



Kurzes Spiel: Chippen mit Anspruch

Ich bin etwas aufgeregt. Mein erster Gastartikel auf meinem neuen Blog!

Mein Freund [Timo Schlitz](#) (Autor des Buches "[Mein Golf Training](#)", Redakteur bei golf.de und selber mit HCP 5 ein sehr guter Golfer) stellt Dir heute seine Lieblingsübung für das kurze Spiel vor. Bei gutem Wetter (und das soll es morgen geben) unbedingt üben.

Timo und ich arbeiten im Rahmen von golf.de regelmässig zusammen. Du kennst bestimmt meinen [Blog](#) auf golf.de bzw. den Besuch von Timo im Rahmen seines [Feldversuches "30 Tage Golf"](#) bei mir im Golf Club St. Leon- Rot.

Aber nun zu seiner Lieblingsübung:

Grundsätzliches:

Übe Dein Chippen, in dem Du aus neun Situationen mit jeweils zwei Bällen die Fahne anspielen. Dabei wird nach den beiden Annäherungen jeweils der weiter vom Loch entfernte Ball weitergespielt, bis er im Loch ist. Addiere Deinen Score aus den neun Spielsituationen, um einschätzen zu können, wie gut Du bist.

Aufbau:

Suche Dir mehrere Positionen, von denen Du mindestens drei Löcher auf dem Chipping-Grün anspielen kannst. Die Entfernung sollte zwischen sechs und zwölf Meter betragen. Versuche unterschiedliche Spielmöglichkeiten zu finden. Markiere die Startpositionen mit einem Tee.

Ablauf:

Insgesamt spielst Du neun Situationen durch. Droppe an jeder Position zwei Bälle. Chippe beide Bälle möglichst nah an die von Dir ausgesuchte Fahne und wähle im Anschluss den Ball aus, der weiter vom Loch entfernt ist. Putte nur diesen Ball zu Ende. Notiere das Ergebnis oder addiere Deinen Score im Kopf.

Ziel:

Versuche, mit möglichst wenigen Schlägen einzulochen und das Up & Down auch mit dem schlechteren Versuch zu schaffen.
Anspruchsgrad steigern? Bringe schwierige Lagen (Schräglagen, unterschiedlicher Untergrund) ins Spiel. Tipp: Versuche immer, den Landepunkt zu finden und fokussiere Dich darauf, diesen zu treffen.



Auswertung:

Zähle die Schläge aus den neun Situationen zusammen und vergleiche Dein Ergebnis mit den Zielwerten aus der Tabelle.

HCP	Ziel
54-36	33
35-27	30
26-19	27
18-12	25
11-5	22
4-0	19

Auswertungstabelle Chippen Worstball, Quelle: Timo Schlitz

Zocker-Tipp:

Lochspiel gegeneinander. Jeder Teilnehmer spielt zwei Chips, allerdings wird abwechselnd gespielt, um keine Routine aufkommen zu lassen. Danach wird der schlechtere Ball gewählt und zu Ende geputtet. Ausnahme: Bei einem Chip-In entfällt der schlechtere Chip. Wer gewinnt mehr Löcher? Dir gefällt diese Übung? Dann habe ich einen Buch-Tipp für Die: [Mit dem Pocket-Guide "Mein Golf Training"](#) (Preis: 19,90 Euro) übst Du wie die Profis. Insgesamt finden sich in dem Guide 30 übersichtliche Trainingspläne für Amateure aller Spielklassen. Das Buch findest Du bei [Amazon](#).



Timo ist auf [Twitter](#) sehr aktiv. Solltest Du Fragen an ihn haben, erreichst Du ihn dort.

Viel Spaß beim Training!

„Up & Down“

Fabian