

# TRAINING

TECHNIK . TAKTIK . FITNESS

Quick-Tipp von Fabian Bünker,

Leiter der Akademie im GC St. Leon-Rot



## BALL UNTER DEM >>>

Eine Situation, die auf der Runde immer mal wieder vorkommt: Der Ball liegt an einem Hang so, dass man unter ihm stehen und schlagen muss. Doch keine Sorge, dieses »Problemchen« lässt sich leicht lösen: Greifen Sie einfach den Schläger etwas kürzer, um den Abstand zum Ball zu kompensieren, und stellen Sie sich aufrechter als sonst. Zielen Sie etwas nach rechts, da der flachere Eintreffwinkel einen Draw oder Hook entstehen lässt. Aber aufpassen! Wichtig ist, dass Sie die Stabilität halten, da man leicht nach hinten kippen kann.

Equipment: »3BaysGSA«

## ANALYSE IM GRIFF

Der neue »3BaysGSA« gilt mit nicht mal zehn Gramm als der leichteste, tragbare Golfschwing-Analysator. Das kleine Gerät wird einfach am Griffende aufgesteckt und misst mittels Sensortechnik wichtige Schwingdaten. Es zeichnet u.a. Schlagkonstanz, Schlägerkopfgeschwindigkeit, Auf- und Rückschwingzeit, Impact-Kraft, Schlägerblattwinkel oder Schwingenebene auf und überträgt die Ergebnisse via Bluetooth auf ein Smartphone oder Tablet-PC (iOS und Android). Anhand der Daten werden der Schwingverlauf und zehn wesentliche Schwingparameter berechnet und zur sofortigen Analyse über die kostenlose »GSA-App« dargestellt. Der ausgeführte Schwung lässt sich dann mit seinem besten Schwung oder dem eines Pros vergleichen. Infos auf [score-industries.de/gsapro.html](http://score-industries.de/gsapro.html)

