



Masterclass John Seymour: Tipps vom One of the Top 50-PGA-Pros

Den Schwung wieder finden



John Seymour

ist Advanced Fellow of the P.G.A. Professional und seit dem Jahre 2000 diplomierter Sportspsychologe. Er wurde 2005 bei der British P.G.A unter die Top 50 Teaching Professionals in Europa gewählt. Er führt Golfakademien im Country Club Gut Brandlhof – Salzburg / Österreich und im Morgado & Alamos Golf – Algarve, Portugal.

Kontakt und Infos:
Tel. 0043-664-34 17 455 (A)
00351-96-45 61 867 (PT)
www.johnseymourgolf.com
info@johnseymourgolf.com

Jeder Golfer verliert irgendwann seinen Schwung. Dies kann verschiedene Ursachen haben. Zum Beispiel, wenn man die Balance verliert oder zu schnell schwingt. Der Hauptgrund, dass man den Ballkontakt verliert ist, dass die Arme überaktiv schwingen und daher den Schwung übernehmen.

Zwei klassische Ursachen gibt es:

Die erste Ursache ist:

Dass man beim Aufschwung die Arme zu schnell schwingt und man von den Armen nach oben gezogen wird. (Bild 1)

Die zweite Ursache ist:

Beim Ab- und Durchschwung ergibt sich dann eine enorme Armgeschwindigkeit und die Arme ziehen den Körper hinauf und man fällt automatisch nach hinten. (Bild2)

Sie sollten dann sofort Ihren Driver weglegen und den Pitching-Wedge auspacken. Der Pitching-Wedge ist wesentlich kürzer. Darum muss man vorne über dem Ball bleiben bzw. man braucht mehr Körperneigung nach vorne. (Bild 3)

Sie sollten dann nur einen 3/4-Schwung ausführen, da Sie die Arme nicht über die Schulterhöhe schwingen dürfen, weder beim Aufschwung noch beim Durchschwung.

Mit weniger Armbewegung, kombiniert mit einem wesentlich kürzeren Schläger, bleibt man beim Schwung viel besser über den Ball geneigt.

Diese Übung ist wichtig, wenn man sehr viel spielt, weil man dazu neigt mit den Armen immer schneller zu schwingen. (Bild 4+5)



Bild 1



Bild 2



Bild 3



Bild 4



Bild 5

John Seymour's Masterclass.

- ▶ Spezialkurs mit John Seymour persönlich für Spieler bis HCP -36
- ▶ 20 Einheiten à 30 Minuten
- ▶ Intensivtraining auf Driving Range und Golfplatz
- ▶ 3 x vorgabewirksames 18-Loch-Turnier am Meisterschaftsplatz
- ▶ Übungsbälle beim Kurs inklusive
- ▶ Videoanalyse und mentales Training zur Verbesserung in allen Bereichen
- ▶ 5 Übernachtungen mit gratis Upgrade ins Doppelzimmer XL
- ▶ Halbpension mit Feinschmecker-Frühstücksbuffet und 4-Gang-Gourmet Dinner
- ▶ Max. Gruppengröße: 2-4 Teilnehmer

EUR 1.260 pro Person

Gut Brandlhof
HOTEL & CONFERENCE

Anzeige aus Golf 7/8/2013

Premium Golf

Gut Brandlhof ist ein Golfresort der Spitzenklasse. Die Anlage ist anspruchsvoll, aber flache 24-Loch-Golfanlage. Hier erwarten Sie 50 besten Pros in Europa. Mit seiner Golf Academy bietet Gut Brandlhof alle Könerstufen.

Hotel Gut Brandlhof | Hohlwägen 4 | A-5760 Seefeld | Salzburger Land
T +43 6592 7800-0 | F +43 6592 7800-599 | E office@brandlhof.com | www.brandlhof.com

SANO TOURS
Entdecke die Welt

Gut Brandlhof
GOLF CLUB

Wilson Staff

www.brandlhof.com