

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

Neu gegen Alt: Warum ein moderner Spieler viel weiter schlagen kann

Die moderne Ausrüstung macht es möglich. Viele Golfer können auch im reifen Alter ihre Spielstärke erhalten. Dies, wegen der Entwicklung der Grafit- und Titanschäfte und die Tatsache, dass die heutigen Golfschläger leichter produziert werden können.

Allerdings: Die enorme Schlaglänge, welche heute die Profis schaffen, hat auch sehr viel mit der heutigen Spieltechnik zu tun.

Früher war das so:

Der Stand wurde in Hüftbreite eingenommen (**Bild 1**). Beim Aufschwung musste der Kopf völlig ruhig über dem Ball gehalten werden (**Bild 2**). Und beim Durchschwung blieb der Kopf bis zum Ende des Schwungs ruhig (**Bild 3**). Diese Art zu schwingen war wohl stabil, jedoch musste mit enormem Handgelenk-Einsatz gespielt werden, um den Ball weit zu schlagen.

Früher wurde ein Clubspieler mit einer Abschlag-Länge von 200 yards (ca. 182 Meter) mit der alten Ausrüstung und Schwungstil, als «Long Hitter» bezeichnet.

Mit der Ausrüstung von heute kann auch ein Golfer mit hoher Vorgabe 200 yards ohne Probleme schaffen. Die Profis von heute schlagen den Ball im Durchschnitt 300 bis 330 yards (275 bis 290 Meter) weit. Der Grund liegt in einer Kombination von Ausrüstung und Schwung-Technik.



Bild 1

ALTE
TECHNIK



Bild 2



Bild 3



Bild 4

NEUE
TECHNIK



Bild 5



Bild 6

Heute wird der Stand viel breiter eingenommen (**Bild 4**), der Oberkörper beim Aufschwung über dem rechten Bein voll aufgedreht (**Bild 5**).

Auch beim Durchschwung dreht man sich voll durch den Ball, bis der Oberkörper vollkommen auf die linke Seite rotiert ist. Die Endposition ist dann: «Rumpf über dem linken Bein» (**Bild 6**). Diese moderne Technik kann man mit anderen kraftvollen Bewegungen im Sport vergleichen, zum Beispiel beim Speerwerfen.

Der vollständige Schwung ist dann erfolgt, wenn sich der ganze Körper bewegt hat, und nicht nur der Oberkörper und die Arme.

Diese Technik, kombiniert mit einer modernen Ausrüstung, ist der Grund, dass die Profis von heute ihre Bälle so weit schlagen können.



MORGADO COUNTRY CLUB
2 Top Meisterschafts-18-Löcher-Plätze
Beste neue Trainingsanlage
in Südeuropa
Chef-Pro: John Seymour
Unterrichts-Wochen mit 5 x 18 Löcher
Greenfees auf beiden Plätzen
ab CHF 795.00



Weitere Informationen:
www.johnseymourgolf.com



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 Brandhof – 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

