



BAYERISCHER GOLFVERBAND E.V.



Technikgrundlagen

Basics Putt



Putten Setup (sicheres einlochen kurzer Putts)

- Griff – beide Hände flach zur Schlagfläche
- Führhand fest
- Schaft und Führarm annähernd eine Linie (Frontalansicht)
- Schaft und Unterarm in einer Linie (Seitenansicht)
- Arme vor dem Körper (frei beweglich) in Kombination mit geeignetem Oberkörperwinkel (Seitenansicht)
- Ballposition vorne – bis Führarm und Schaft sich einer Linie nähern (Frontalansicht)
- Füße rechtwinklig zur Ziellinie
- Augenlinie parallel zur Ziellinie
- Ausgerichtete Linie auf dem Ball bei kurzen Putts
- Ball liegt unter oder außerhalb der Augen (Seitenansicht)



Putten Bewegung (sicheres einlochen kurzer Putts)

- Gerade – rechtwinklig – beschleunigt!
- Keine Unterkörper- und Kopfbewegung (durch Armfreiheit vor dem Körper)
- „Stabiles Auge“ (keine kontrollierenden Augenbewegungen in der Puttbewegung)
- Finish halten