



## Set-Up en Swing met een driver

De Set-Up met een driver, goede houding, netjes opgelijnd, bal positie binnenkant voorste voet.



De Take-Away; bovenlichaam en armen draaien weg, onderlichaam volgt en bouwt de weerstand (torsie) op. Vervolgens de armzwaai naar de top!



De Transition (overgang) van backswing naar downswing en impact verzorgd de snelheid. Het lichaam, door de rotatie ervan, doet het werk en niet zoals zo veel amateurs denken & doen de armzwaai.



Het is dan de kunst om alles te laten gaan, waardoor de follow-through een natuurlijk verloop krijgt. Het volgen van de energie...



Mette Hageman  
Golf Academy



Veel plezier & Succes, Mette



Mette Hageman  
Golf Academy

