

## Embedded in de bunker

Niet zeldzaam tijdens een rondje golf: een bal die embedded in de bunker eindigt. Ingegraven in het zand en ogenschijnlijk nauwelijks uit de bunker te spelen. Mette Hageman heeft twee oplossingen: de eerste vanuit kracht, de tweede vanuit de “kunst van het loslaten”.

**Kracht:** “De bal ligt zoals normaal wat dichterbij de voorste voet. Het gewicht is verankerd op de voorste voet. Beide voeten staan ingegraven, het clubblad is iets gesloten. Maak vervolgens dezelfde bunkerslag als anders.”



METTE HAGEMAN GOLF ACADEMY · Port Brocledde 36 · 3621 VP · Breukelen

Mette Hageman inzake Golf ABNAMROBANK: NL91ABNA0480736936 · K.v.K.: 60793309 ·  
BTW: NL162542823B02

**Loslaten:** “Hier ligt de bal iets meer in het midden van de stand. Het clubblad is echt volledig gesloten. De stok ontzettend ontspannen vasthouden, dus niet knijpen in de stok. Grip alsof je een putter pakt, alsof je het bekende vogeltje in je handen hebt. Als je de grip druk verdeelt op een schaal van één tot tien, is dit echt een één. In de swing gebruik je vervolgens de weerstand van het zand om het clubblad te openen op het moment dat je het zand raakt. De bal floept keurig uit de bunker.”



METTE HAGEMAN GOLF ACADEMY · Port Brocledde 36 · 3621 VP · Breukelen

Mette Hageman inzake Golf ABNAMROBANK: NL91ABNA0480736936 · K.v.K.: 60793309 ·  
BTW: NL162542823B02