



Putting tips!

Putten is een schijnbaar eenvoudig onderdeel van het golfspel, zo simpel dat een vijfjarige het kan doen. Op de zondag van een Major laat men zien dat het verschil gemaakt kan worden op de green tussen het vasthouden van een glimmende trofee en het “verlies”. Putten is het onderdeel van het golfspel wat te weinig geoefend wordt door het overgrote deel van de recreatie golfers en competitie spelers. De winter periode is de uitgesproken periode om veranderingen door te voeren en constant te worden in de beweging en de routine.

Hieronder kunt u een aantal tips vinden:

1. Zoek uw balans/evenwicht.

Ga in een ontspannen en atletische houding staan. U zet uw lichaamsgewicht op de bal van de voeten. U laat alles “slap” hangen zodat de spanning uit de schouders weg is, waardoor je meer gevoel voor de putt beweging krijgt.

2. De putter moet haaks op de doellijn (lijnlezen) staan bij het adresseren en tijdens impact. De putter staat haaks ten opzichte van de zwaibaan tijdens de impactzone.

De bal moet worden geraakt in de opwaartse beweging van de putt beweging om de bal een voorwaartse rol te geven (balpositie).

3. Voel de afstand.

Maak 6 langere putts over de green heen om een gevoel voor de snelheid van de green te krijgen. Putt nu de minder lange afstanden naar de hole en houd je ogen op de hole, en niet op de bal, om aan het visuele aspect van het lezen van de green te krijgen en het vertrouwen in de stroke te krijgen zonder aan techniek te denken.

4. Lees de green doelgericht.

Samen met uw putt techniek en het gevoel voor afstand is het 4^{de} essentiële onderdeel om goed te putten; het lezen van de green. Veel mensen onderschatten de curve/break van een putt lijn. Om deze vaardigheid te verbeteren kunt u een tee op zo'n 15 meter van de hole zetten en een andere tee waar u denkt dat de curve/break is. Putt naar de tee en u zult snel zien hoe nauwkeurig u bent in het lezen van de green. Het doel is om te zien waar de “apex” ofwel de curve/break van de putt lijn zit. Zelfs de subtiele glooiingen spelen hierin een rol. **“Elke putt is in wezen een rechte putt, de snelheid van het spelen bepaald of de putt een gelezen break in de green zal maken”.**

5. Oefen met 1 bal (Go Solo).

Golfspelers maken vaak gebruik van meerdere ballen tijdens het oefenen op de putting green, maar het is makkelijk om ongeconcentreerd te oefenen met het putten als u de één na de andere bal putt van dezelfde positie. Met 1 bal wordt u gedwongen af te wisselen en van hole naar hole te putten. U oefent gevoel voor afstand, u oefent het lezen van de green en u oefent uw routine want iedere putt is weer anders en onbewust bent u ook uw concentratie aan het oefenen. In wezen oefent u dan veel meer zoals het is in de baan tijdens wedstrijden en competitie.

6. Weddenschappen?.

Putten oefenen is noodzakelijk, maar het mist misschien een beetje competitie gevoel dan het oefenen van de andere golf onderdelen. Speel 9 holes op de putting green betrek je vrienden of team genoten via een weddenschap voor een bak koffie of een lunch. Met een weddenschap gaat het putten er harder aan toe, het is minder saai, je bent geconcentreerde, je oefent alle facetten noodzakelijk om een goede putter te zijn en je wilt natuurlijk winnen van je maatje.



Samenvatting: De putt beweging bestaat uit verschillende facetten. De set-up, gevoel voor afstand en het op lijnen (balans, houding/lezen van de green) zijn 3 onderdelen waar je geen techniek voor nodig hebt, de beweging voor het putten vergt wel techniek. De beste techniek is het na-apen van de klepel van de klok vanuit ontspannen schouders. Je wiegt als het ware de schouders!

Succes, Mette