

Die Kunst des Puttens



Das Putten hat einen enormen Einfluss auf unser gesamtes Golfspiel. Welche Kraft Sie bisher wahrscheinlich noch nicht genutzt haben, erfahren Sie jetzt...

Viele Golfer können nicht verstehen, warum sie nur so wenige Putts lochen. Die Aufgabe scheint so simpel und deshalb ist die Frustration oft sehr hoch.

Meiner Erfahrung nach nutzen die meisten Golfer während des Puttens lediglich ihre linke Gehirnhälfte. Also die Hälfte ihres Potenzials.

Linke Gehirnhälfte	Rechte Gehirnhälfte
Denkt in Wörter analytisch arbeitet mit Logik kontrolliert, geordnet	Denkt in Bildern emotional, fühlt kreativ intuitiv, frei

Tiger Woods erzählt in einigen Interviews, dass er in seiner Schlagvorbereitung ein Bild von dem Putt malt und dann in dieses Bild hinein puttet. Er nutzt also definitiv auch seine rechte Gehirnhälfte beim Planen und Ausführen des Putts.

Viele Golfer erzählen von einem mangelnden Vertrauen in ihre Fähigkeit, das Grün zu lesen. Sehr wahrscheinlich nutzen sie nur die Hälfte ihres Gehirns. Stellen Sie sich vor, was möglich wird, wenn wir analytisches Denken mit unserem Gefühl und bildhaften Denken koppeln.

Während der Bewegung greifen viele Golfer in ihre Puttbewegung ein, anstelle sie einfach ablaufen zu lassen. Diese Manipulation ist ein Zeichen von Links-Dominanz (Kontrolle vs. Intuition). Lassen wir es zu, dass beide Hälften "mitspielen" dürfen, fällt uns das Zielen und das freie "Laufenlassen" viel leichter.

Die Wichtigkeit, was nach dem Putt passiert, wird meist unterschätzt. Die Schlagvorbereitung ist elementar wichtig. Hier findet Lernen statt. Der normale Golfer kennt hier nur "drin = gut" und "daneben = schlecht". Diese emotional aufgeladene Reaktion verhindert Lernen und fördert die Dominanz einer Gehirnhälfte. Wir können uns zum Beispiel die Frage stellen, ob wir genügend Break einberechnet haben oder ob die Geschwindigkeit zur gewählten Linie stimmig war. Auch hier gilt es, beide Gehirnhälften zu integrieren.

Erfahren Sie, wie sich Putten im 'Super-Learning' anfühlt und erreichen Sie mehr Qualität in Ihrem Puttraining.

