

# Die wichtigsten Irrtümer über Golfschläger und Ausrüstung

Von Rainer Mund

## **Schlaglänge ist nicht so wichtig für den Score**

Falsch. Gerade die Schlaglänge hat in den unteren und mittleren Handicapstufen den größten Einfluß auf den Score. Natürlich würde extreme Ungenauigkeit dabei nicht zum Ziel führen. Aber stellen sie sich vor, all diejenigen, die mehrere Schläge brauchen, ehe sie das Grün der langen PAR 4 Bahnen erreichen, hätten plötzlich 30 Meter mehr pro Schlag. Ihr Spiel würde sich komplett ändern. Wie aber gewinnt man mehr Schlaglänge? Nutzen sie die moderne Schläger-Technologie (lang, großer Kopf und leicht). Stimulieren Sie ihre Muskelgeschwindigkeit im Training durch Blitz-Schwünge mit extrem leichten Geräten (nur Schaft) unmittelbar vor dem Drive.

## **Harte Schäfte ergeben mehr Genauigkeit**

Falsch. Je flexibler ein Schaft ist um so mehr Rückmeldung (Gefühl) hinterläßt er taktil in den Fingern des Sportlers. Diese Informationen werden im Gehirn sehr sorgfältig verarbeitet (ob sie wollen oder nicht!) und führen zu instinktiven Korrekturen. Diese fortwährenden Korrekturen ermöglichen mehr Verbesserung der Genauigkeit als der „tote“ Schaft durch seine „Stabilität“ je erreichen kann. Das Geheimnis liegt darin, den Schaft zu finden, der sich nicht unkontrollierbar öffnet und schließt, aber dennoch deutlich im Schwung fühlbar ist. Schauen sie sich einmal die alten Bilder von Ben Hogan an, von dem man sagt, er spielte seine Bälle immer in die Divots der vorherigen Runde: Seine Schäfte waren so weich, daß sie vor dem Treffmoment einen Halbkreis beschrieben.

## **Das Material wird erst wichtig, wenn man ein einstelliges Handicap hat**

Falsch. Gerade die schwächeren Golfer brauchen unbedingt den angepaßten Schläger. Der dominante Faktor, auf den sie achten müssen, ist noch vor dem richtigen Schaft (s.o.) der richtige „dynamische Lie“. Also der Winkel, der dafür sorgt daß auch noch im Treffmoment die Schlägersohle „plan“ auf den Boden trifft. Das ist natürlich entscheidend und steht im Gegensatz zum „statischen Lie“: Der Position, in der Ihr Schläger in der Ansprechhaltung auf dem Boden liegt. Sie wissen selbst wie sehr sich dieser Winkel im Schwung verändern kann. Aber wissen sie auch, daß der Schläger des jeweiligen Spielers (selbst bei HCP 36) im Treffmoment praktisch immer gleich steht? Passen sie also ihre Schläger ihrem Schwung an und nicht umgekehrt. Damit sie entspannter in den Ball schwingen können!

Rainer Mund  
Nationaltrainer.