



Österreichisches Magazin für Golferinnen und Golfer

4 / 2014

Golf Info

€ 3,00 | € 4,50 (D) · Nr. 4/2014 · November 2014 · rege Verlag 2500 Baden, Mühlg. 13



Golfreise

Golfklub Leopoldsdorf
Azoren
Gran Canaria

Golfhotels

Aktuelles

Turnierberichte

Besser golfen

mit PGA Head-Pro Lee Kopanski



P.b.b. GZ:07037535M
rege GmbH Mühlg. 13, 2500, Baden



Besser golfen mit Lee Kopanski

Impressum

Unabhängiges Österreichisches Magazin für den Golfsport; 9. Jahrgang

Medieninhaber und Herausgeber: rege Verlags- und Handelsgesellschaft m.b.H.

2500 Baden, Mühlgasse 13; Bankverbindung:

Volksbank Wien - Baden BIC: VBWATW1;

IBAN: 5943 0003 6363130 003

Postanschrift Redaktion:

2500 Baden, Mühlgasse 13; Tel.: 0225 2/88731

E-Mail: golfinfo@golfinfo.co.at

Redaktion:

Gerhard Maly (Chefredakteur),

Renate Maly, Mag. Alexandra Schiesser

Michael Maly, Lee Kopanski

Alle Informationen werden nach bestem Wissen zusammengestellt. Eine Gewähr für den Inhalt kann jedoch nicht übernommen werden. Sollten in der Golf Info unzutreffende Informationen enthalten sein, kommt eine Haftung nicht in Betracht. Mit Namen gekennzeichnete Artikel stellen die persönliche Meinung des Verfassers dar und drücken nicht unbedingt die Meinung des Verlags oder dessen Redaktion aus.

Eine Haftung dafür kann daher nicht übernommen werden. Angaben und Mitteilungen, welche von Firmen stammen, unterliegen nicht der Verantwortung der Redaktion. Ihre Wiedergabe besagt nicht, dass sie die Meinung der Redaktion oder eine Empfehlung darstellen.

Veröffentlichungssrechte:

Diese Zeitschrift und alle in ihr enthaltenen einzelnen Beiträge und Abbildungen sind urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes bedarf der Zustimmung des Verlags. Die Verwendung von Zitaten aus Testberichten für Anzeigen ist nicht zulässig. Durch Annahme eines Manuskriptes erwirbt der Verlag das ausschließliche Recht zur Veröffentlichung. Die Redaktion behält sich das Recht vor Leserbriefe und Manuskripte zu kürzen bzw. zu revidieren.

Für unverlangt eingesandte Manuskripte und Fotos wird keine Haftung übernommen. Fotomaterial kann nur dann redaktionell verarbeitet werden, wenn jedes Datum oder Foto den Namen des Urhebers trägt und Angaben über die abgebildeten Personen oder Objekte beigefügt sind.

Druck: Leykam Druck GmbH & Co KG, 7201 Neudorf, Bickfordstraße 21

Vertrieb:

PGV Pressegroßvertrieb Salzburg

Die Golf Info wird auf chlorfrei gebleichtem Papier gedruckt.

Geschäftsführung:

Gerhard Maly

Anzeigenleitung:

Gerhard Maly,

Derzeit gilt die Anzeigenpreisliste Nr. 1/14-15

Anzeigervermittlung:

Mag. Naszada,

Tel.: +43/676-3479278

E-Mail: naszada@speed.at

naszada@aon.at

Abonnement:

E-Mail: golfinfo@golfinfo.co.at;

Postanschrift: Golf Info,

2500 Baden, Mühlgasse 13.

Die Zeitschrift erscheint 4x jährlich;

Mitte April, Mitte Juni,

Mitte September, Anfang November.

Einzelpreis € 3,00,

Online für Android und iOS kostenlos über

Online-Kioskanbieter amano media.

www.golfinfo.co.at

GOOLF

PGA Head-Pro Lee Kopanski ist unter Tel. 0664/3468829 erreichbar. E-Mail: pro@golfswingzone.at. Erstklassige gratis online Golfstunden auf www.golfswingzone.at



Ausrichtung des Schlägerblattes: Tappe nicht im Dunkeln herum

Noch bevor wir damit richtig beginnen: Trainiere oder praktiziere niemals einen zielorientierten Sport, ohne vorher ein Ziel festzulegen. Ohne Ziel hast Du keinen Anhaltspunkt und ohne einen solchen bist Du richtig aufgeschmissen. Dein Golf wird nutzlos sein – eben ein Herumtappen im Dunkeln. Du musst ein Gefühl für Dein Ziel entwickeln, denn dort willst Du letztendlich unbedingt hin – ohne dieses Gefühl bist Du verloren. Wie kannst Du behaupten, einen guten Schlag gemacht zu haben, wenn Du kein Ziel hattest? Unternimm nichts, ohne Dir vorher ein Ziel gesucht zu haben und hör' auf keinen Fall auf jemanden, der Dir dies nicht empfiehlt – vergiss' ihn, denn er hat keine Ahnung, wovon er spricht!

führt damit natürlicherweise Dein Gehirn in die Irre. Das Problem liegt also im Auge des Betrachters.



in Richtung Ziel ausgerichtet ist, dann verläuft die äußere Schiene, auf der der Ball liegt, parallel zu Deinem Körper, aber rechts an Deinem Ziel vorbei. Hoppla!



Die optische Täuschung

Das größte Ausrichtungsproblem liegt in der Art, wie Du das Ziel anvisierst. Wenn Du direkt hinter Deinem Ziel, diesem zugewandt, stehst, ist es viel leichter, Deinen Körper danach auszurichten, da Du es mit beiden Augen fixierst – die beste Methode; unsere Vorfahren haben auf diese Weise Jahrhunderte lang Ihre Beute zur Strecke gebracht. So natürlich und ausgewogen funktioniert unser Gehirn und verarbeitet jede sich bietende Information optimal. Sobald Du jedoch seitlich zum Ziel stehst und Deine Ballansprichst, ändert sich die Situation schlagartig. Das rechte Auge wird dominanter, wenn Du Dich drehst und Deinen Kopf neigst, um zum Ziel zu schauen. Dies beugt Deine Gesichtslinie weiter nach rechts, als Sie tatsächlich ist, und

Aus der Spur

Seinen Körper zum Ziel auszurichten, ist ein häufiger und sehr in die Irre führender Fehler. Bestenfalls schlägst Du Deinen Ball zu weit nach rechts von Deinem Ziel, weil Du ja Deinen Körper und nicht Dein Schlägerblatt zum Ziel ausgerichtet hast. Die beste und einfachste Art zu verstehen, dass das Ausrichten Deines Körpers zum Ziel meilenweit von dem entfernt ist, was man damit erreichen will, ist das Beispiel mit den Schienen einer Eisenbahnlinie. Wenn Dein Körper parallel zur inneren Schiene

Head (British) PGA & APGA Professional

Lee Kopanski's enge Zusammenarbeit mit drei hoch angesehenen Tourcoaches über einen Zeitraum von 13 Jahren ebnete ihm den Weg in die Welt des Spitzentrainings.

In diesen mehr als 25 Jahren Arbeit hat Lee eine ganz besondere Lehrmethode entwickelt. Unter Verwendung toureprobter Insidertechniken, die sowohl für den ehrgeizigen, aufstrebenden Golfprofi, der es ganz nach oben schaffen will, als auch für den kompletten Anfänger in gleicher Weise geeignet sind.

Er ist Autor von 3 Golf Büchern und bietet erstklassige gratis online Golfstunden und Privatunterricht im GC Loipersdorf an.

Nun ist alles klar mein Freund und Du solltest allmählich den Braten riechen und Dich dazu entschließen, diese schlechte Gewohnheit aufzugeben, bevor Dein Golf und Dein Körper ernsthaft Schaden nehmen.

Ein sehr schlechter Ausgleich



Wenn Du glaubst, Du bist ein „Houdini“, dem es gelingt, sich aus dem Schlamassel zu befreien, in das er sich buchstäblich verwickelt hat, dann könntest Du Deinen Kopf aus der Schlinge ziehen, indem Du in Richtung Deines Zieles schwingst. Dein Unterbewusstsein weiß, dass Dein Ziel weiter links liegt, auch wenn Du es nicht weißt. Dein Körper wird automatisch versuchen, diesen Fehler auszugleichen, indem Hände und Arme quer vor Deinen Körper in Richtung Ziel schwingen. Das ist einer der gefährlichsten Schwungfehler oder, in diesem Fall, eine der gefährlichsten Ausgleichsbewegungen, die Deinem Körper zuge mutet werden. Wenn Du Deinen örtlichen Rückenspe-



zialisten kennst, ihn aber erst so richtig näher kennenlernen willst, dann nur zu! Du „zerhackst“ Deinen Körper nur mit Deinen Händen und Armen und was dabei herauskommt, sind schwache und unregelmäßige Golfschläge.

So richtet man das Schlägerblatt richtig auf das Ziel aus:

- Stelle Dich hinter Deinen Ball
- Richte Dich auf Dein Ziel aus d. h.

fokussiere Dein Ziel

- Suche Dir einen Punkt oder Gegenstand etwa einen Meter vor Deinem Ball, der auf der Ziellinie liegt (evtl. ein verfärbter Grashalm, ein kleines Holzstückchen etc.)
- Achtung: Berühre diesen Punkt aber nicht, sonst gibt es eine Strafe!
- Fokussiere diesen Punkt
- Richte Dein Schlägerblatt auf



diesen Punkt aus

Von diesem Moment an wird die Ausrichtung Deines Schlägerblattes das Wichtigste für Dich sein. Der Nutzen wird Dich verblüffen, wenn Du einfach Dein Schlägerblatt zum Ziel ausrichtest. Tritt drei Schritte zurück und beobachte, wie Dein Ball exakt dort landet, wo Du ihn landen lassen wolltest.

www.yachtinfo.at

Golf Info

Ausgabe 1/2015 erscheint im April 2015 mit folgenden interessanten Themen:

- Golfen Südtirol
- Golfdestination Waldvier tel
- Golfdestination Goldegg
- Golfhotels
- Firmen-News
- Turniervorschau
- News ...

highlander

**Golfschuhe –
herrlich
bequem!**

Großer Winterschlussverkauf!!!!

rege

rege Verlags- und Handelsges.m.b.H.

A-2500 Baden, Mühlgasse 13; Tel.: 02252/24 360

E-Mail: rege@rege.co.at www.rege.co.at www.regeshop.at



Jetzt als Taschenbücher erhältlich...

Schluss mit komplizierten
Schwungtechniken!



Baue dir deinen
eigenen
Golfschwung!

Verbanne deinen Slice
für immer!



Golfschwung-
korrektur in
3 Schritten!

Neu!

Vollgepackt mit
97 Golfstunden!



Die Meisterklasse
des kurzen Spieles!