

→ → → Das kurze Spiel

Wenn man sich mit Profis unterhält, gelangt man sehr bald zu der Einsicht, dass die meisten Amateure über eine bestimmte Spielstärke nicht hinauskommen, weil sie ihr kurzes Spiel vernachlässigen. Auch wenn sie mit dem Driver noch so weit abschlagen und den Ball mit einem langen Eisen das Fairway entlangschicken – am Ende steht und fällt jedes Ergebnis mit den kurzen Schlägen rund um das Grün. Genau diese Schläge sind es, die seit vielen Jahren den Unterschied zwischen guten und herausragenden Spielern ausmachen, denn so manch ein Turnier wird durch einen einzigen Chip entschieden. Auch wenn Ihr Ehrgeiz nicht so weit geht, kann Ihnen das kurze Spiel zu viel besseren Ergebnissen verhelfen. In diesem Kapitel lernen Sie von einigen Koryphäen des Golfsports die Kunst des kurzen Spiels. Wenn Sie die Tipps beherzigen, wird auch Ihr Handicap sich schnell verbessern.



Perfekter Pitch

Je einfacher die Technik, desto leichter ist sie zu beherrschen. Ich hatte früher große Probleme mit meinem kurzen Spiel. Es lief immer gut, wenn viele lange Bälle auf dem Grün landeten und ich keinen kurzen Schlag machen musste, um das Par zu retten. Wenn es schlecht lief, dann immer, weil mich das kurze Spiel im Stich ließ. Zusammen mit meinem langjährigen Coach Keith Williams beschloss ich also, mein kurzes Spiel komplett umzustellen. Zuvor spielte ich die kurzen Schläge nur aus dem Gefühl heraus, ohne wirkliche Technik. Ich setzte die Handgelenke sehr stark ein, was manchmal funktionierte, manchmal aber auch nicht. Heute schränke ich die Bewegung der Hände und Handgelenke sehr stark ein und greife auf eine bestimmte Technik zurück, die zu allen kurzen Schlägen passt. Eigentlich geht das ganz leicht.

Nicht vergessen

Die besten Spieler der Welt beherrschen auch an einem schlechten Tag ihr kurzes Spiel und gewinnen so einige Schläge. Dazu braucht man aber eine zuverlässige Technik, und ich verrate Ihnen, wie das geht.

Schulterdrehung

Drehen Sie aus der üblichen Ansprechposition heraus beim Schlag nur Ihre Schultern.

Brust

Die Mitte der Brust ist über dem Ball.

Automatik

Der natürliche Loft des Schlägers, nicht die Handgelenke (!) hebt den Ball automatisch in die Luft.



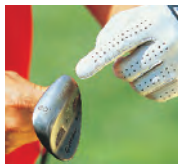
Ausgangsstellung

1 Für eine niedrigere Flugkurve muss der Ball weiter vorne liegen, für eine höhere Kurve weiter hinten. Bei mir ist die Brust beim Ansprechen über dem Ball, die linke Schulter liegt unter Kinnhöhe. So kann ich die Schultern leicht drehen, ohne dass die Arme im Abschwung zu nahe an den Körper geraten.



Sohlenkrümmung

2 Als ich noch viel mit den Handgelenken arbeitete, passierte es oft, dass die vordere Schlägerkante steil auf den Boden aufschlug. Heute versuche ich, das Wedge die Arbeit für mich erledigen zu lassen, indem ich die Sohlenkrümmung des Schlägers besser nutze. Und das geht nur, wenn die Schwungebene flacher ist.



Rückschwung

3 Mein Armschwung fühlt sich heute etwas weiter an, weil ich meinen Körper ein bisschen mehr drehe. Die Handgelenke bleiben relativ steif. Wichtig ist, dass die Brust über dem Ball liegt, wenn ich den Rückschwung einleite. Ich schwinge nicht mehr so steil wie früher nach hinten, sondern viel flacher.



Länge und Tempo

4 Schwunglänge und -tempo sollten immer gleich sein, damit man ausreichend Kontrolle hat. Ich achte darauf, dass sich Arme, Schultern und Oberkörper harmonisch bewegen, damit der Schwung insgesamt weiter und flacher wird.



Angriffswinkel

5 Der Winkel, mit dem ich den Ball treffe, ist deutlich flacher als früher. Meine rechte Schulter bleibt weiter oben und macht Platz für eine flüssige Bewegung der Arme und des Oberkörpers.



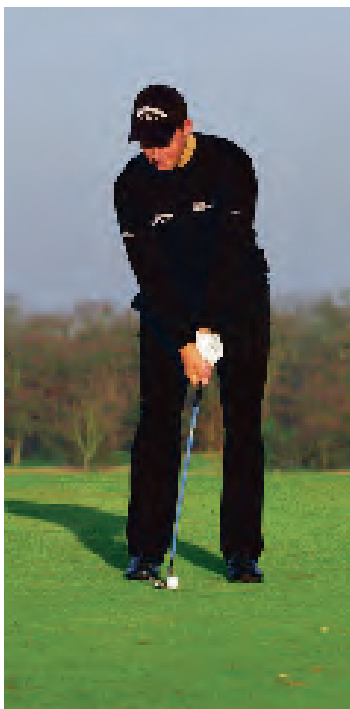
Konstanter Loft

6 Damit der Schlag gelingt, muss der Loft des Schlägers im Durchschwung konstant sein. Halten Sie die Handgelenke steif. Spielen Sie den Pitch mit dem Oberkörper, wobei die Arme und Schultern führen.

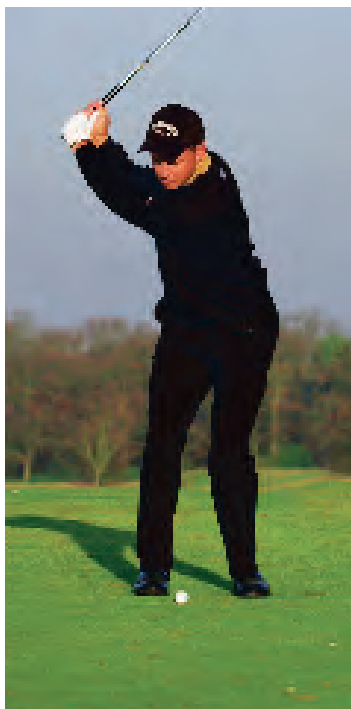


Ein halbes Wedge

Was die Mechanik anbelangt, ist der Schlag mit dem Wedge genau das Gegenteil eines Drive. Mit dem Wedge muss man vor dem Ball bleiben, um einen steilen Angriffswinkel zu erzeugen und den Ball von oben schlagen zu können. Wichtig ist auch, wie man zum Ball steht. Wenn man bewusst vor dem Ball bleiben möchte, dann ist es sinnvoll, das auch schon in der Ansprechposition zu berücksichtigen. Genau deshalb sollte der Ball im Stand etwas weiter hinten liegen und das Gewicht sollte mehr auf dem linken Bein ruhen.



1 Schon beim Ansprechen sollten Sie vor dem Ball sein.



2 Dasselbe Gefühl sollten Sie im Rückschwung beibehalten.



- 3 So können Sie den Ball steil von oben her schlagen.

Extra-Tipp

Diese Schläge sind zwar schwer, aber mit etwas Übung gelingen sie ganz gut. Wenn Sie das nächste Mal auf die Driving Range gehen, lassen Sie den Driver im Bag und üben stattdessen Schläge mit dem Wedge. Sie werden sehen, wie schnell Sie damit besser werden.



- 4 Und auf diese Weise kommt auch der richtige Spin von selbst.
- 5 Der Kopf bleibt auch nach dem Treffmoment unten.

Der kurze Pitch

Viele Amateure sind, was die Schlagtechnik anbelangt, ratlos, wenn sie vor einem Schlag stehen, der weder Chip noch Pitch ist, sondern irgendwo dazwischen liegt. Solche Schläge sind auch für Profis nicht einfach. Das Geheimnis liegt nicht in einer komplizierten Schwungtechnik, sondern in den einfachen Grundlagen, die man nur selbstbewusst genug umsetzen muss. Tiger Woods zeigt hier, wie das geht. Und mit etwas Übung können Sie das auch.



1 Die Haltung ist vorbildlich. Achten Sie auch auf den leicht offenen Stand und die offene Schlagfläche – beides ist bei diesem Schlag wichtig.



- 2 Eigentlich ganz einfach: Drehen Sie den Körper, während Arme und Hände nach hinten gehen, und winkeln Sie die Handgelenke ganz leicht ab.



- 3 Der linke Arm geht dem Schläger in der Treffzone voraus, und der Winkel der Handgelenke wird beibehalten, damit der Schlag von oben kommt.



- 4 Beschleunigen Sie den Schlägerkopf im Durchschwung. Der natürliche Loft des Schlägers befördert den Ball nach oben, ohne Bewegung der Handgelenke.



- 5 Drehen Sie auch im Durchschwung Ihren Körper mit, während die Arme und Hände die Endposition erreichen.

Tanz mit dem Ball

Viele Amateure glauben, dass nur Profis das Geheimnis des Backspins beherrschen. Aber das stimmt nicht. Es geht nur darum, den Ball sauber zu treffen. Hier sind einige Tipps, wie auch Sie den Ball rasch auf dem Grün stoppen können.

Sauber ist wichtig: Die Rillen in der Schlagfläche müssen absolut sauber sein. Sind sie verschmutzt, entsteht ein Widerstand zwischen dem Ball und dem Schläger, der den Backspin verhindert.

Selbstbewusstsein zählt: Gehen Sie positiv an den Schlag heran. Mit einem selbstbewussten Schlag gelingt der Backspin viel leichter als mit einem halbherzigen Versuch.

Der richtige Ball: Es geht beim Backspin nicht nur darum, wie Sie den Schwung ausführen. Nehmen Sie einen „High-Spin-Ball“, der Ihnen mehr Kontrolle ermöglicht.

Und denken Sie daran: Mit einem Wedge oder einem kurzen Eisen gelingt der Backspin eher als mit einem langen Eisen, weil man mit dem kurzen Eisen steiler schwingt, weil es mehr Loft hat und man den Ball mehr von oben trifft.

Hände nach vorne

Der Ball ist etwas weiter hinten, die Hände sind vor dem Ball; so wird der Angriffswinkel steil genug.

Ballposition

Der Ball liegt etwas weiter hinten im Stand als sonst, damit Sie die Rückseite des Balls gut von oben her treffen.



Der Kopf bleibt ruhig

Viele Amateure haben Probleme beim Chip, weil sie die Körperwinkel während des Schlags verändern. Dann wird es aber fast unmöglich, den Ball gut zu treffen. Oft geht der Kopf zu früh nach oben oder sie richten sich während des Schwungs zu früh auf. Um zu vermeiden, dass der Kopf oder der Körper nach oben geht, verfolge ich den Ball nur mit den Augen, ohne den Kopf zu bewegen, wie bei einem Putt. So bleibt der Kopf immer auf derselben Höhe und der Beugewinkel des Rückens verändert sich auch nicht.

(Rechts) Korrekt: Nur die Augen verfolgen den Ball.

(Unten) Falsch: Der Kopf geht nach oben.

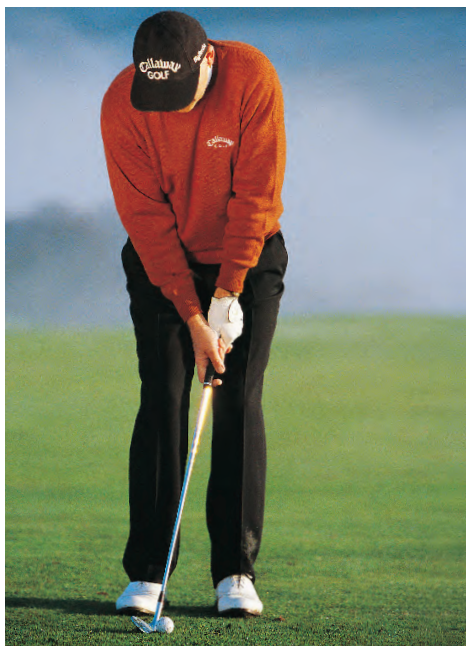




So gelingt ein Chip

Wenn schon die Anfangsphase nicht stimmt, haben Sie keine Chance. Deshalb hier einige Tipps: Nehmen Sie die Hände leicht nach vorne, sodass Schlägerschaft und linker Arm eine Linie bilden. Das Gewicht ruht etwas stärker auf dem linken Bein, der Ball liegt etwas weiter hinten im Stand. Arme und Schultern bilden ein Dreieck, das auch im Treffmoment vorhanden sein sollte, d.h. Sie müssen im Schwung daran nichts verändern.

Stimmt allerdings die Ansprechposition nicht, dann müssen Sie während des Schwungs einiges kompensieren, um den Ball richtig zu treffen. Das führt oft zu einer übermäßigen Bewegung der Handgelenke und des Oberkörpers, was den Schlag viel komplizierter macht. Achten Sie also auf die so wichtigen Grundlagen.



- 1 Arme und Schultern bilden ein Dreieck.
- 2 Handposition: vor dem Ball.
- 3 Ballposition: etwas hinter der Standmitte.

Wenn die Ansprechposition nicht stimmt, müssen Sie viel kompensieren, um den Ball richtig zu treffen.

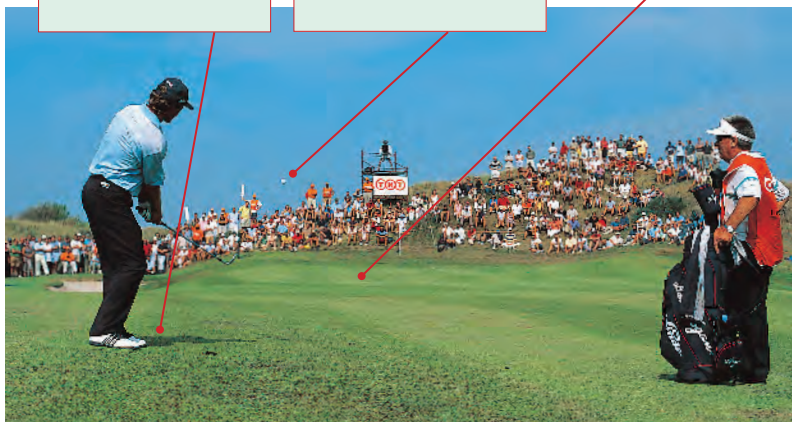
Jeder Chip ist gleich

Viele Profis spielen jeden Chip im Prinzip gleich und nehmen nur unterschiedliche Schläger, um für jede Ausgangslage den geeigneten Loft zu haben – einen maximalen Loft, wenn auf dem Grün wenig Platz ist, und relativ wenig Loft, wenn der Ball noch rollen kann. Bernhard Langer ist einer der besten Chip-Spieler der Welt. Er greift bei solchen Schlägen sehr oft zum Eisen 9, Pitching Wedge oder Lob Wedge, vor allem, weil diese Schläger mit viel Loft besonders praktisch sind. Die Grüns auf der Profitour sind extrem schnell (sie erreichen Stimpmeter-Werte zwischen 10,5 und 11) und die Fahnen sind oft sehr eng gesteckt, sodass es meist wichtiger ist, dass der Ball hoch flieg und schnell liegen bleibt. Bei einem längeren Chip-and-Run nimmt Langer gerne ein Eisen 7, damit der Ball auf das Grün rollen kann – eine sehr weise Entscheidung.

Das Gewicht liegt mehr auf dem vorderen Bein, der Ball liegt etwas weiter hinten im Stand, die Hände sind vorne.

Nehmen Sie den passenden Schläger – maximaler Loft bei wenig Platz auf dem Grün, weniger Loft, wenn der Ball rollen soll.

Konzentration auf den Punkt, wo der Ball landen soll.





Chris Hanell

Flacher Pitch-and-Run

Wenn das Grün relativ flach ist, dann ist ein Pitch-and-Run am sichersten. Nehmen Sie einen Schläger mit wenig Loft, etwa ein Eisen 7 oder 8, und spielen Sie den Ball etwas weiter hinten im Stand. Mein Stand ist meistens sehr eng, weil ich mich damit sehr wohlfühle. Ich nehme die Hände etwas nach vorne, halte aber die Schlagfläche square. Außerdem greife ich den Schläger etwas kürzer, um noch mehr Kontrolle zu haben. Ich versuche immer, die Pitchdistanz gleich zu halten. Wenn der Ball weiter fliegen muss, nehme ich einen Schläger mit weniger Loft.

Ansprechposition

Der Stand ist leicht offen, der Griff kürzer, der Ball liegt etwas weiter hinten im Stand.





Rückschwung (Links)

Schwingen Sie langsam bis auf Hüfthöhe zurück, wobei die Handgelenke relativ steif bleiben. Die Schwungkurve ist weiter und flacher als sonst.

Durchschwung (Unten, links und rechts)

Das linke Handgelenk bleibt nach dem Treffmoment fest. Der Durchschwung ist so lang wie der Rückschwung.



Profi-Chip

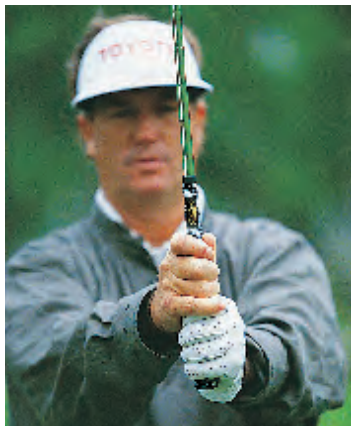
Bei einem kurzen Chip oder Pitch ist für mich besonders wichtig, dass ich den Schläger kürzer greife (Bild unten links). Dadurch wird das Gefühl für den Schlag besser und der Schwung wird kürzer, sodass ich selbstbewusster durch den Ball schlagen kann.

Viele Amateure greifen den Schläger zu lang (Bild unten rechts). Dadurch wird auch der Rückschwung viel zu lang und sie müssen den Schlag abbremsen, um den Ball richtig zu treffen. Das ist sehr riskant. Manchmal treffen sie den Ball dann fett und er bleibt zu kurz, manchmal toppen sie ihn und er schießt über das Grün hinaus. Es ist schwer, die Kontrolle über eine so kurze Distanz zu behalten, wenn der Rückschwung so lang ist.

Versuchen Sie den Chip so zu spielen, wie in der Bildsequenz (rechte Seite) gezeigt.



Greifen Sie den Schläger so kurz, dass die rechte Hand fast auf dem Stahlschaft liegt.



Bei normalen Schlägen sieht der Griff so aus – vergleichen Sie.



(Oben, links)
Durch den kurzen Griff ist der Schwung kürzer und kompakter und Sie treffen den Ball besser.



(Oben, rechts)
Die Geschwindigkeit wird beim kurzen Schlag im Treffmoment höher.



Üben Sie den Schlag so oft es geht und sie werden bald auf jeder Runde ein paar Schläge weniger brauchen.

Kurzer Rückschwung, guter Chip

Gerade kurze Chips sind für viele Amateure ein Problem, weil meiner Meinung nach ihr Rückschwung zu lang ist. Sie bremsen den Schläger kurz vor dem Ball ab und treffen ihn entweder fett oder dünn, oder sie schlagen den Ball mit einer viel zu hohen Geschwindigkeit und schießen ihn weiter über die Fahne hinaus.

Den kurzen Chip sollte man sich fast wie einen Putt vorstellen. Der Schwung sollte kurz und kompakt sein und vor allem rhythmisch. Außerdem sollte man den Schläger nicht weiter nach hinten bewegen als unbedingt nötig – ein halber Meter reicht völlig aus. Dann kann man den Ball in der Beschleunigung treffen, ohne befürchten zu müssen, dass er zu weit davonsegelt. Wenn der Ball nur fünf Meter weit fliegen soll, dann macht es doch keinen Sinn, eine lange Ausholbewegung zu machen und den Schläger mittendrin abzubremesen.

Der Durchschwung sollte auch so lang sein wie die Ausholbewegung, vielleicht sogar eine Idee länger. So gelingt es Ihnen noch besser, durch den Ball zu beschleunigen.



Der Ball soll nur fünf Meter fliegen und dann zu meinem Caddie rollen. Ein Sand Wedge ist dafür ideal.



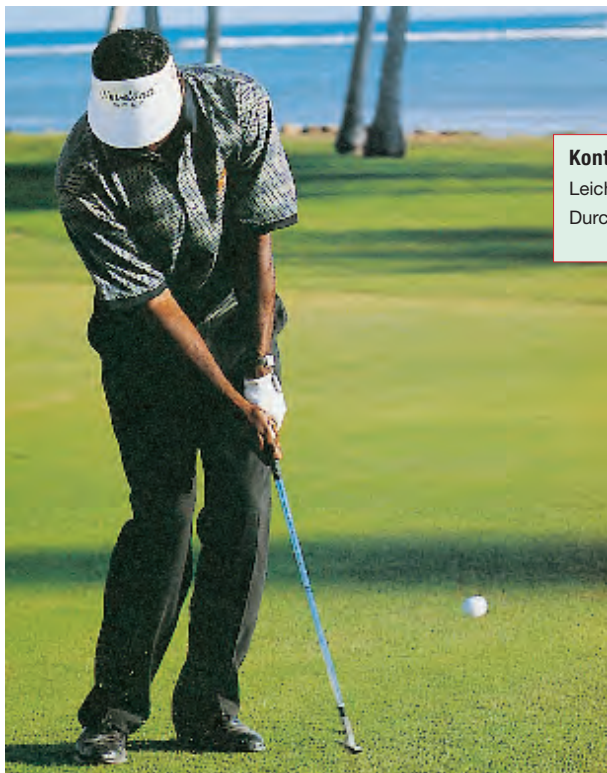
Am besten gelingt der Schlag mit einer kurzen, kompakten Ausholbewegung.



So treffen Sie den Ball sauber in der Beschleunigung. Mit etwas Übung ist das eigentlich ganz leicht.

An die Fahne chippen

Eigentlich geht das ganz leicht, wichtig ist nur, dass Sie nicht zu zaubern versuchen. Ich konzentriere mich zuerst darauf, wo der Ball landen und wie weit er rollen soll und wähle dann den entsprechenden Schläger. Je kürzer der Schlag, desto mehr Loft ist nötig. Der Ball liegt in der Standmitte, die Hände sind vorne. Der Schlüssel zum Erfolg ist ein harmonischer Schwung der Arme und Hände. Ich beschleunige den Schlägerkopf durch den Ball hindurch und überlasse den Rest der Arbeit dem Loft des Schlägers, der den Ball nach vorne befördert und ausrollen lässt.



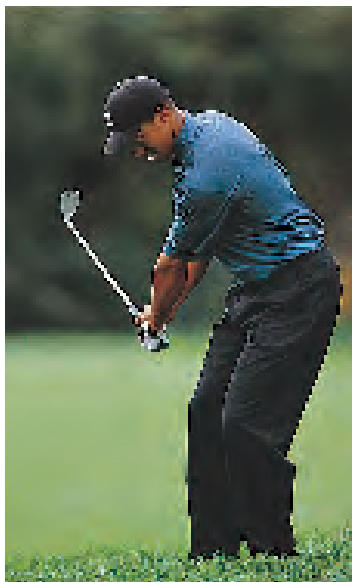
Kontrolle

Leichter Griff und guter Durchschwung.

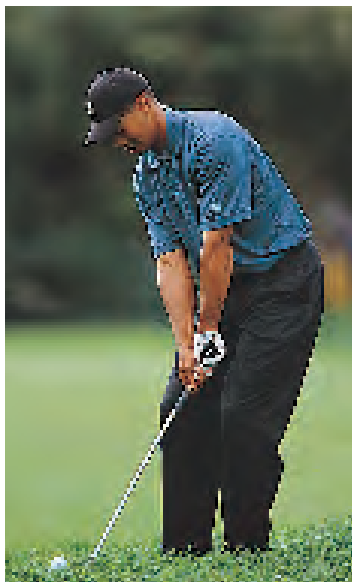
Den Chip weich landen

Hier ein paar Tipps, wie man einen Chip aus schwieriger Lage spielt, ohne dass er vor der Fahne verhungert.

Manchmal liegt der Ball so ungünstig am Grünrand, dass ein Pitch-and-Run oder ein normaler Chip nicht funktionieren würden. Dann braucht man einen Chip, der schnell steigt und sanft landet, damit er wenig bis gar nicht rollt. Mit ein wenig Übung kann man mit diesem Schlag vermeiden, dass man den Ball zu kurz lässt oder ihn über das Grün hinaus schießt. Die Technik wird hier in Perfektion von Tiger Woods vorgeführt.



1 Die Handgelenke werden im Rückschwung früh abgewinkelt, damit der Schwung etwas steiler wird.



2 Die Hände bleiben vor dem Ball, sodass auch im Treffmoment beschleunigt werden kann.

- 3 Die Hände sind noch immer vor dem Schlägerkopf. So bleibt die Schlagfläche offen und der Ball fliegt eher hoch als weit.

