

Einleitung	7	Der Abschlag	34
Der Golfschwung	8	Aus der Gefahrenzone	Paul Eales 36
Der perfekte Griff		Kein Blues am ersten Tee	Bernhard Langer . . . . . 38
Nick Dougherty	10	Ein Stand wie ein Torwart	Nick Dougherty . . . . . 39
Die optimale Ausgangsposition		Der schwebende Driver	Ian Poulter . . . . . 40
Fred Funk	12	Runter mit dem Tempo	Nick Dougherty . . . . . 41
Der richtige Abstand zum Ball		Optimaler Ballkontakt in sechs	Schritten Paul Casey . . . 42
Paul Casey	14	Bleiben Sie hinter dem Ball	Niclas Fasth . . . . . 44
Die Grundlagen		Schultern drehen und Hände rollen	Ian Poulter . . . . . 46
Bernard Gallacher	15	Ihr ganz persönlicher Schwung	Padraig Harrington . . . 48
Der ideale Rückschwung		Ein 85%-Schwung reicht aus	Ian Woosnam . . . . . 50
Nick Faldo	16	Der kurze Rückschwung	Pierre Fulke . . . . . 52
So stehen Sie richtig		Wohin mit dem Drive?	Laura Davies . . . . . 53
Jay Haas	17	Lassen Sie den Schläger gleiten	Greg Norman . . . . . 54
Kinn nach oben	Ernie Els . . . 18	Kleine Veränderung, mehr Weite	Corey Pavin . . . . . 55
Der Kopf bleibt ruhig		Eine Schlägerlänge mehr	Paul Eales . . . . . 56
Adam Scott	20	Die Annäherung	58
Die richtige Drehung		Keine Angst vor dem Eisen 3	Charl Schwartzel . . . . 60
David Toms	22	Der sichere Eisen-Stand	Nick Dougherty . . . . . 62
So stimmt die Schulterhaltung			
Ernie Els	23		
Der Schläger zeigt zum Ziel			
Retief Goosen	24		
Schütteln Sie der Fahne die Hand			
Ian Poulter	25		
Treffen mit dem Dreieck			
Peter Baker	26		
So treffen Sie noch besser			
Adam Scott	28		
Der Draw	Paul Lawrie . . . . 30		
Kontrolle im Abschwung			
Paul Casey	32		
Der Automatik-Schwung			
Gary Evans	33		

Ein flüssiger Übergang	
<b>Vijay Singh</b> . . . . .	64
Nutzen Sie die Kraft der Vorstellung	
<b>Bernhard Langer</b> . . . . .	65
Mittlere Eisen <b>Niclas Fasth</b> . . . . .	66
Denken Sie an meinen Schwung	
<b>Vijay Singh</b> . . . . .	68
Besserer Fokus <b>Nick Dougherty</b> . . . . .	69
Greifen Sie auch mal kürzer	
<b>Padraig Harrington</b> . . . . .	70
Der ideale Annäherungsschwung	
<b>Justin Rose</b> . . . . .	72
Realistische Weiten <b>Ernie Els</b> . . . . .	74
Sicher auf das Grün <b>Justin Rose</b> . . . . .	75
<b>Das Bunkerspiel</b> . . . . .	76
Der kontrollierte Splash	
<b>Miguel Angel Jiménez</b> . . . . .	78
Klassische Bunkertechnik	
<b>Tiger Woods</b> . . . . .	80
Kraftvoll durch den Sand	
<b>Gary Player</b> . . . . .	82
Das Spiegelei	
<b>Joakim Haeggman</b> . . . . .	83
Kein wildes Schaufeln	
<b>Nick Dougherty</b> . . . . .	84
Kraftvoll bergauf aus dem Sand	
<b>Ernie Els</b> . . . . .	86
Kurz und hoch aus dem Sand	
<b>Davis Love III</b> . . . . .	87
Fairwaybunker – kein Problem	
<b>Lee Westwood</b> . . . . .	88
Mittlere Länge aus dem Sand	
<b>Ian Garbutt</b> . . . . .	90
Ball oberhalb der Füße	
<b>Joakim Haeggman</b> . . . . .	91

<b>Das kurze Spiel</b> . . . . .	92
Perfekter Pitch <b>Scott Drummond</b> . . . . .	94
Ein halbes Wedge <b>Niclas Fasth</b> . . . . .	96
Der kurze Pitch <b>Tiger Woods</b> . . . . .	98
Tanz mit dem Ball <b>David Howell</b> . . . . .	100
Der Kopf bleibt ruhig <b>Phillip Price</b> . . . . .	101
So gelingt ein Chip <b>Phillip Price</b> . . . . .	102
Jeder Chip ist gleich	
<b>Bernhard Langer</b> . . . . .	103
Flacher Pitch-and-Run <b>Chris Hanell</b> . . . . .	104
Profi-Chip <b>Peter Jacobsen</b> . . . . .	106
Kurzer Rückschwung, guter Chip	
<b>Jim Furyk</b> . . . . .	108
An die Fahne chippen <b>Vijay Singh</b> . . . . .	109
Den Chip weich landen <b>Tiger Woods</b> . . . . .	110
Der richtige Schläger	
<b>Seve Ballesteros</b> . . . . .	112
Lassen Sie keinen Chip mehr verhungern	
<b>Paul Eales</b> . . . . .	114
Beim Chip ist der Schwerpunkt über dem Ball <b>Padraig Harrington</b> . . . . .	116
Chippen auf das Grün	
<b>Seve Ballesteros</b> . . . . .	118
Der Chip-Putt vom Grünrand	
<b>Alastair Forsyth</b> . . . . .	120
<b>Problemzonen</b> . . . . .	122
Aus Fehlern lernen	
<b>Padraig Harrington</b> . . . . .	124
Das Spiel aus schwierigen Lagen	
<b>Justin Rose</b> . . . . .	125
Aus dem Rough <b>Robert Karlsson</b> . . . . .	126
Mit Kraft durchs tiefe Rough	
<b>Paul McGinley</b> . . . . .	128



Mit dem Chip-and-Run über kleine Hügel	<b>Ronan Rafferty</b> . . .	130
Es geht auch anders herum	<b>Ian Garbutt</b> . . . . .	131
Weite Schläge aus dem Divot	<b>Bradley Dredge</b> . . . . .	132
Bäume sind nicht wirklich ein Problem	<b>Robert Allenby</b> . . . . .	134
So funktioniert der Chip bergab	<b>Thomas Levet</b> . . . . .	136
Weg von der Kante	<b>Steve Webster</b> . . . . .	140

## Das Putten . . . . . 142

Immer die gleiche Routine	<b>Ken Brown</b> . . . . .	144
So lesen Sie den Putt richtig	<b>Nick Dougherty</b> . . . . .	145
Weiche Hände, gerader Putt	<b>Seve Ballesteros</b> . . . . .	146
Putten ohne Hände	<b>Nick Dougherty</b> . . . . .	147
Der verlässliche Putt	<b>Annika Sörenstam</b> . . . . .	148
Die Augen „laufen“ dem Ball voraus	<b>Michael Campbell</b> . . . . .	149
Geschwindigkeit ist alles	<b>Loren Roberts</b> . . . . .	150
Bringen Sie den Ball ins Rollen	<b>Bernhard Langer</b> . . . . .	151
Auch lange Putts sind machbar	<b>Tiger Woods</b> . . . . .	152
Der Kopf bleibt ruhig	<b>Ken Brown</b> . . . . .	154
Andere Handstellung beim Putten	<b>Padraig Harrington</b> . . . . .	155
Putten mit Selbstvertrauen	<b>Paul McGinley</b> . . . . .	156

So stimmt die Geschwindigkeit	<b>Niclas Fasth</b> . . . . .	158
Die Handflächen zeigen zueinander	<b>Ken Brown</b> . . . . .	160
Belly-Putter	<b>Stewart Cink</b> . . . . .	161
So läuft der Ball nicht aus der Spur	<b>Nick Dougherty</b> . . . . .	162
Die Linie markieren	<b>Paul Lawrie</b> . . . . .	164

## Das Training . . . . . 166

Gute Vorbereitung, gutes Ergebnis	<b>David Toms</b> . . . . .	168
So wärmt Tiger Woods sich auf	<b>Tiger Woods</b> . . . . .	170
Effektiv trainieren	<b>Bradley Dredge</b> . . . . .	172
Der Schläger berührt immer den Boden	<b>Ian Poulter</b> . . . . .	173
Gewichtsverlagerung im Rückschwung	<b>Steve Webster</b> . . . . .	174
So leiten Sie den Schwung flüssig ein	<b>David Howell</b> . . . . .	176
Übung gegen den Slice	<b>Charl Schwartzel</b> . . . . .	178
Chippen auf ein Blatt Papier	<b>Thomas Levet</b> . . . . .	180
Chippen in einen Regenschirm	<b>Ian Poulter</b> . . . . .	182
So liest man Grüns richtig	<b>Paul Casey</b> . . . . .	183
Putten rund um die Uhr	<b>Jamie Donaldson</b> . . . . .	184
Über die Spieler	. . . . .	186
Register	. . . . .	190