

INHALT

Vorwort.....	7
Einführung.....	8
Hinweise zur Benutzung.....	12
KAPITEL 1:	
SICH EINSCHÄTZEN UND VERBESSERN	
GRUNDLAGEN	16
Grundlagen.....	18
DER ABSCHLAG	28
Stufe 1.....	30
Stufe 2.....	42
Stufe 3.....	54
Der perfekte Abschlag.....	64
DAS EISENSPIEL	66
Stufe 1.....	68
Stufe 2.....	82
Stufe 3.....	95
Der perfekte Eisenschlag.....	104
DER PITCH	106
Stufe 1.....	108
Stufe 2.....	122
Stufe 3.....	136
Der perfekte Pitch.....	146
DER CHIP	148
Stufe 1.....	150
Stufe 2.....	162
Stufe 3.....	174
Der perfekte Chip.....	184
DER BUNKERSCHLAG	186
Stufe 1.....	188
Stufe 2.....	204
Stufe 3.....	218
Der perfekte Bunkerschlag.....	230
DER PUTT	232
Stufe 1.....	234
Stufe 2.....	248
Stufe 3.....	270
Der perfekte Putt.....	278
KAPITEL 2:	
FEHLER BEHEBEN	
Der Slice.....	282
Der Hook.....	283
Der fette Chip.....	284
Der Shank mit dem Eisen.....	285
Die Kerze.....	286
Der getoppte Ball.....	287
Kraftverlust.....	288
Matte Schläge im Rough.....	289
Der Push.....	290
Der Pull.....	291
KAPITEL 3:	
SPEZIELLE SCHLÄGE	
Hanglagen.....	294
Wie man mit schwierigen Lagen umgeht.....	298
Befreiungsschläge sind keine Hexerei.....	300
Das Spiel mit dem Wind.....	302
Wie man Bälle hoch oder flach schlägt.....	304
Wie man Draw und Fade spielt.....	306
KAPITEL 4:	
DIE PRAXIS	
Vorher aufwärmen.....	310
Fester Ablauf vor dem Schlag.....	312
Strategie auf dem Abschlag.....	314
Auf dem Fairway und im Rough.....	316
Mentale Einstellung verbessern.....	318
Golf im Winter.....	320
Testen Sie Ihren Leistungsstand.....	322
KAPITEL 5:	
GOLF BASICS	
Die richtige Ausrüstung.....	324
Spielformen und Handicap.....	326
Von der Bedeutung der Etikette.....	332
Die goldenen Golfregeln.....	334
Glossar.....	338
Register.....	346
Dank.....	348
	352