

# INHALT

Vorwort.....	7
Einführung.....	8
Hinweise zur Benutzung.....	12

## KAPITEL 1:

### SICH EINSCHÄTZEN UND VERBESSERN

Grundlagen.....	16
	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

	280
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

	292
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

	308
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

	324
Die richtige Ausrüstung.....	326
Spielformen und Handicap.....	332
Von der Bedeutung der Etikette.....	334
Die goldenen Golfregeln.....	338
Glossar.....	346
Register.....	348
Dank.....	352