

# Golf - Training - Routine

Anleitung ein einfaches Training in Erfolg zu verwandeln:

Herausforderung - Verbesserung - Qualität

**Schritte:** 1- Fokussieren 2- Realisieren

3- Analyse 4- Verbesserung

**WICHTIG:** Viele Punkte in der Routine zu bekommen weil ich nur meine Vorbereitung beeinflussen kann aber mein Score nicht unbedingt.

|          |    |  |      |
|----------|----|--|------|
| Datum:   |    |  |      |
| Spieler: |    |  |      |
| Platz:   |    |  |      |
| Wind:    | Ja |  | Nein |

Kein Routine = X Halbe Routine = 1Punkt Ganze Routine = 2Punkte

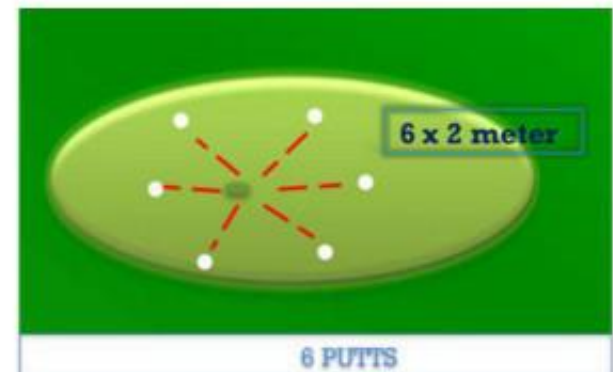
## Kurzes Spiel

| PAR 20   | N° Shots |        |        | N°/par | Shot routines |        |        | Total routines |
|----------|----------|--------|--------|--------|---------------|--------|--------|----------------|
|          | Ball 1   | Ball 2 | Ball 3 |        | Ball 1        | Ball 2 | Ball 3 |                |
| LEICHTE  |          |        |        | /6     |               |        |        |                |
| MITTLERE |          |        |        | /6     |               |        |        |                |
| SCHWERE  |          |        |        | /6     |               |        |        |                |
|          |          |        |        | /18    |               |        |        |                |



Bei 20 Schlägen oder weniger wird mit 2 Bällen gespielt und immer der schlechtere eingelocht erreiche ich wieder 20 oder weniger spiele ich mit 3 Bällen usw.

| 6 Putts  |        |        |        |        |        |        | Totals |
|----------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
| Putt N°  | Putt 1 | Putt 2 | Putt 3 | Putt 4 | Putt 5 | Putt 6 |        |
| N° Shots |        |        |        |        |        |        | /6     |
| Routines |        |        |        |        |        |        |        |



| 3x3    | N° Shots |        |        | N°/par | Shot routines |        |        | Total routines |
|--------|----------|--------|--------|--------|---------------|--------|--------|----------------|
|        | Putt 1   | Putt 2 | Putt 3 |        | Putt 1        | Putt 2 | Putt 3 |                |
| 3 x 1m |          |        |        | /3     |               |        |        |                |
| 3 x 3m |          |        |        | /6     |               |        |        |                |
| 3 x 9m |          |        |        | /6     |               |        |        |                |
|        |          |        |        | /15    |               |        |        |                |

