

ØV DIG I AT SVINGE SOM DE PROFESSIONELLE

af golf professional Danny Sejer

Et golftæppe udviklet til at træne de vigtigste dele i svinget
- præcis som de topprofessionelle tourspillere.



Golftæppet hjælper dig med følgende punkter:

1. Korrekt opstilling af fødderne parallelt med linjen mod målet.
2. 8 set-up linjer gør det nemt at stille fødderne korrekt hver gang.

De 8 linjer gør det også nemt at holde den samme afstand til bolden hver gang.

3. Korrekt boldplacering hver gang i forhold til fødderne.

Linjen fra bolden vinkelret gennem set-up linjerne gør det nemt at placere bolden ens hver gang.

Placer spejlet med de to linjer mellem dine fødder.

Linjen nærmest dig skal overlape linjen ved dine tåspidser.

4. Med denne linje nærmest dig kan du checke at dine knæ er parallelle med linjen mod målet.
5. Med linjen længst fra dig kan du checke at dine skuldre er parallelle med linjen mod målet.
6. Er både knæ og skuldre parallelle og tæt på stregerne har du oven i købet den rigtige holdning.
7. Stop svinget ved bolden og check i spejlet at skuldrene også her er parallelle med linjen mod målet.
8. Den hvide linje mod målet gør det nemt:

- At sætte slagfladen square (vinkelret) mod målet.
- At starte tilbagesvinget på den rigtige linje.
- At checke at slagfladen er åbnet tilpas i de rette grader vha. club face guidelinien ca. en halv meter fra bolden.

9. De røde linjer, der samler sig ind mod bolden, viser køllehovedet den rette vej til bolden.

Prøver man at svinge køllehovedet over linjerne ind mod bolden kommer man indefra-og-ud der giver gode forudsætninger for det eftertragtede draw. De to cylinderformede skumgummipuder tillader kun det korrekte sving ind mod bolden, gennem selve træffet og videre mod målet.

Lad svinget fortsætte frit, så skaftet rammer din venstre arm lige under skulderkanten.



Fotos: mortenlesen.com

Sejergolf. 

Mobil: 21 45 15 30

Email: danny_sejer@hotmail.com

Web: www.sejergolf.dk

INTRODUKTIONSTILBUD

Prisen inkluderer alt hvad du behøver: Træningsmåtte m. 2 puder, spejl, 1 luftbold og golfbogen "De ti slag".

Betaling: Bankoverførsel til konto nr. 7381 6580425451 eller MobilePay via 21451530
- husk at angive navn, adresse, telefon og mailadresse.

Pris kr. 899,-
(+ forsendelse 125 kr.)

