



Material:

- Messstange
- Putter
- 3 Bälle
- 1 Tee
- 1 Ballmarker / Tee
- 1 Putttor / 2 Tees
- 1 erhöhte Ziellinie / Kreidelinie

Übung:

Suche dir einen Putt mit Break. Markiere dir die Stelle, von der aus du putten möchtest, mit einem Ballmarker oder Tee. Lese den Putt und stecke dir auf Höhe des Lochs ein Tee dort hin, wo du denkst, dass der Ball in diese Richtung starten müsste.

Platziere eine erhöhte Ziellinie (2 Stricknadeln mit einem dünne Gummiband dazwischen gespannt) vom Ball aus in Richtung deines gesteckten Tees (der Linie muss dort nicht ankommen, sondern nur in die Richtung zeigen) und spanne sie genau über die Mitte des Balls. Alternativ kannst du auch eine Kreidelinie (z.B. mit einer Schlagschnur aus dem Baumarkt) auf das Grün zeichnen. Stecke dir 30cm vor dem Ball ein 55mm Putttor mittig unter/über die Linie. Wenn du kein Tor hast, kannst du 2 Tees als Pfosten benutzen.

Putte jetzt deine Bälle. Nutze die Ziellinie, um deine Ausrichtung zu überprüfen. Wenn der Ball durch das Tor durchrollt, dann war deine Schlagfläche im Treffmoment ziemlich gerade. Triffst du den rechten Pfosten, war sie offen. Triffst du den linken Pfosten, war sie geschlossen. Spiele 12 Putts aus dieser Situation. Dabei sollte dein Fokus nicht darauf liegen, dass der Ball ins Loch geht, sondern ob du ihn in die gewünschte Richtung, sprich durch das Tor, starten lassen kannst. Zähle wie oft du es durch das Tor schaffst. Danach wechselst du die Situation möglichst mit einem Break in die andere Richtung. Hier spielst du wieder 12 Putts mit dem gleichen Fokus. Suche dir dann noch 2 weitere Situationen mit unterschiedlich starken Neigungen im Break. Überprüfe anhand deiner Ergebnisse, ob es eine Breakrichtung gibt, bei der es dir schwerer fällt, den Ball durch das Tor zu putten als bei der anderen. Die Seite solltest du dann vermehrt üben. Reflektiere insgesamt auch, ob es dir bei einem geraden Putt (andere Übung) leichter fällt durch das Tor zu putten als mit Break.