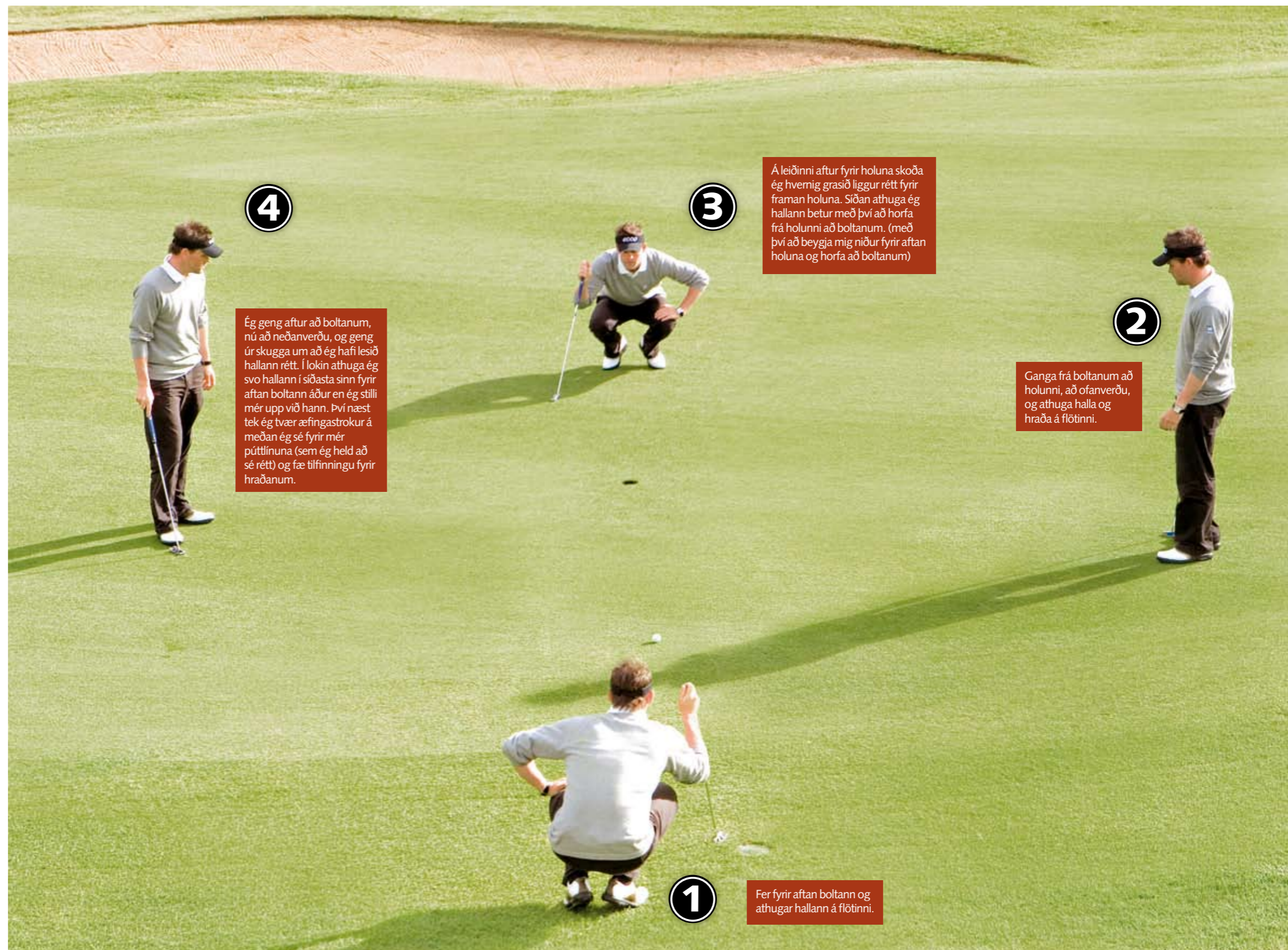


UNDIRBÚNINGUR FYRIR PÚTT

Undirbúningur fyrir pútt þarf að vera góður og alltaf sá sami. Mikilvægt er að hafa vanaferlið markvisst sem mun auka líkurnar á góðu pútti. Þeir sem ganga að boltanum og púttu án þess að undirbúa sig þurfa ekki að vera hissa á því að púttin gangi ekki betur. Að púttu án undirbúnings er eins og að skjóta úr byssu á skotmark án þess að miða og reikna ekki með áhrifavöldum eins og vindum og fjarlægð. Það sem leikmaður þarf að gera í undirbúningi fyrir hvert einasta pútt er að finna út réttan hraða fyrir það og lesa flötina rétt (finna púttlínu) og þegar það er búið þarf að taka æfingastrokur þangað til að leikmaðurinn er kominn með tilfinningu fyrir komandi pútti og þá fyrst verður púttað. Mörg léleg pútt koma til af fljótfærni og lélegum undirbúningi. Ég mun gefa ykkur innsýn í hvernig vanaferlið mitt er hér fyrir neðan. Vanaferli þurfa ekki öll að vera eins, þið getið búið til ykkar eigið sem tekur á þessu sömu þáttum og við tölum um að séu mikilvægir.

Gangi ykkur vel



4

Ég geng aftur að boltanum, nú að neðanverðu, og geng úr skugga um að ég hafi lesið hallann rétt. Í lokin athuga ég svo hallann í síðasta sinn fyrir aftan boltann áður en ég stilli mér upp við hann. Því næst tek ég tvær æfingastrokur á meðan ég sé fyrir mér púttlínu (sem ég held að sé rétt) og fæ tilfinningu fyrir hraðanum.

3

Á leiðinni aftur fyrir holuna skoða ég hvernig grasið liggur rétt fyrir framan holuna. Síðan athuga ég hallann betur með því að horfa frá holunni að boltanum. (með því að beygja mig niður fyrir aftan holuna og horfa að boltanum)

2

Ganga frá boltanum að holunni, að ofanverðu, og athuga halla og hraða á flötinni.

1

Fer fyrir aftan boltann og athugar hallann á flötinni.

PROGOLF