

## AB IN DEN SÜDEN

Die privat geführte südafrikanische **Willowbrook Lodge** zwischen der malerischen Bergkette des Helderberg und des Lourens Flusses bietet dem anspruchsvollen Gast eine friedvolle Stimmung in luxuriöser Umgebung. Die zwölf geräumigen Unterkünfte (zwei Petit Double/Twin, sieben Standard Double/Twin, zwei Grand Double und eine Executive Suite) sind äußerst geschmackvoll eingerichtet, von den Holzkleiderbügel bis hin zu den edlen Bettbezügen. Das hauseigene D'Vine Restaurant



überrascht mit erlesenen à la carte Menüs und feinsten Kap-Weinen, auch vom eigenen Weinberg. Vom Cape Town International Airport sind es nur 20 Minuten Fahrzeit bis zu dem gepflegten Kleinod. Den nächstgelegenen Golf Club Erinvale erreicht man zu Fuß. Der Golfclub wurde 1995 von Gary Player eröffnet und gilt als die beste Anlage am Kap. Die Bahnen 1 bis 9 im Tal des Lourens Flusses sind mit zahlreichen Wasserhindernissen und riesigen Bunkern parkähnlich angelegt. Die Bahnen 10 bis 18 führen am Hang des Helderbergs hinauf und bieten viele Schräglagen. Aufgrund der erheblichen Steigungen empfiehlt sich ein Elektrocart. Im Umkreis von 30 Kilometern gibt es mehr als 15 erstklassige Golfplätze, die Paul Mackenzie Golf Academy, Eclipse Golf Tours, der Somerset West Golf Club und die Helderberg Golf Academy liegen nah beieinander und haben günstige Greenfees.

[www.willowbrook.co.za](http://www.willowbrook.co.za)

## WILSON

Die neuen **Wilson Staff Ci11 Eisen** in edlem Mattschwarz und mit PVD-Beschichtung richten sich an die »Crossover Golfer«, Spieler mit sportlichen Ambitionen. Sie sind in drei Schaftvarianten erhältlich – mit True Temper TX Stahlschaft, Aldila VS Proto II Graphitschaft oder mit dem von Wilson exklusiv patentierten Half & Half-Schaft (4-PW).



### DXi SUPERLIGHT DRIVER

**Wilson Staff**, eine der führenden Golfmarken, bereichert 2012 sein umfangreiches Sortiment mit dem leichtesten Driver, den man je produziert hat. Er wiegt nur 269 Gramm, das sind circa 50 Gramm weniger als andere Driver führender Hersteller. Der neue Driver hilft Golfern aller Spielstärken, ihr Spiel zu verbessern. Das modifizierte 5-Zonen Schlagflächendesign des DXi Superlight erweitert den Sweet Spot im Vergleich zu seinen Vorgängermodellen. Die variable Schlagflächendicke erweitert den Sweet Spot hin zu den Rändern der Schlagfläche und erhöht den CT Bereich für mehr Genauigkeit. Erhältlich in 9.0°, 10.5° (auch für Linkshänder) und 12.0° HL Loft für Herren und in einer 14° Version für Damen.

[www.wilsonstaff.com](http://www.wilsonstaff.com)



# Golf – so einfach ist das!

Tipps\*), die es in sich haben:



## EIN SCHÖNES SPIEL BEGINNT MIT ...

**Tipp 1:** Vergessen Sie nicht, vor jeder Runde oder Übungseinheit ein mindestens 15-minütiges Stretching zu machen!

**Tipp 2:** Zählen Sie Ihre Schläger vor einer Turnierrunde. Mehr als 14 dürfen Sie nicht dabei haben.

**Tipp 3:** Spielen Sie immer den gleichen Ball, um beim kurzen Spiel ein gleichmäßiges Gefühl zu haben.

**Tipp 4:** Beginnen Sie Ihre Vor-dem-Schlag-Routine mit einem tiefen Ein- und Ausatmen. Konzentrieren Sie sich ausschließlich auf den erfolgreichen Ballflug.

**Tipp 5:** Bei allen Schlägen müssen Sie eine klare Vorstellung davon haben, wie der Ball genau fliegen oder rollen soll. Was man sich nicht vorstellt, wird man auch nicht machen.

## CHIPPEN

**Tipp 6:** Beim Chippen sollten Ihr Schläger, Ihre Schulter und Hände zum Ziel gerichtet sein. Ihre Füße und Hüfte zeigen 30 Grad nach links.

**Tipp 7:** Beim Chippen schlagen Sie nach unten und durch den Ball in den Boden. Versuchen Sie nicht, den Ball in die Luft zu löffeln.

**Tipp 8:** Beim Chippen schlagen Sie nach unten und durch den Ball in den Boden. Versuchen Sie nicht, den Ball in die Luft zu löffeln.

**Tipp 9:** In der Ansprechposition sollte Ihre Wirbelsäule eine leichte Neigung nach rechts haben (als Rechtshänder). Ihre Hände befinden sich gegenüber der Innenseite Ihres linken Oberschenkels.

**Tipp 10:** Trainieren Sie mit einer Impact Tasche, um das richtige Gefühl für den Treffmoment zu bekommen.

**Tipp 11:** Achten Sie im Rückschwung darauf, dass Ihr rechtes Knie gebeugt bleibt.

**Tipp 12:** Ihr Kopf sollte sich im Rückschwung durch die Rotation Ihres Körpers über Ihr rechtes Bein ca. 2 bis 3 cm nach rechts und im Abschwung zurück in die Ausgangsposition bewegen.

## PUTTEN

**Tipp 13:** Richten Sie den Ball beim Putten so aus, dass der Schriftzug in Richtung Ziel zeigt.

**Tipp 14:** Richten Sie Ihre Hände beim Putten rechtwinklig zum Ziel aus.

**Tipp 15:** In der Ansprechposition sollten die Knie nur leicht gebeugt sein.

**Tipp 16:** In der Ansprechposition schauen Sie an der Nase herunter auf den Ball. Brillenträger aufgepasst! Gleitsicht-Brillen führen zu einem zu direkten Blick auf den Ball, sodass Ihr Kinn zu nah an der Brust ist.

**Tipp 17:** Ihr linkes Auge sollte sich beim Putten direkt über dem Ball befinden.

## ALLGEMEIN

**Tipp 18:** Machen Sie einen Übungsplan mit Ihrem Trainer, sodass Sie immer genau das Richtige üben.

**Tipp 19:** Strategie am Platz kann Schläge sparen. Versuchen Sie, Ihre Stärken auf dem Platz auszuspielen.

**Tipp 20:** Machen Sie regelmäßige Rundenanalysen, um festzustellen, wo Ihre Stärken und Schwächen liegen.

**Tipp 21:** Wechseln Sie Ihre Schlägergriffe mindestens einmal im Jahr. Glatte Griffe führen zu einem zu festen Griff.



## Swing Simply

Der einfachste und  
der schnellste Weg  
Golfspielen zu lernen

### Wir bieten Ihnen:

- **Aufbaukurse**  
Sie erwerben die wichtigsten Informationen von den Basics bis hin zu den Feinheiten des Golfspiels
- **Schnupperkurse**
- **Platzreifekurse**
- **Wake up-Kurse**
- **Swing Simply Clinic**
- **Firmen-Veranstaltungen**
- **Golfreisen**

### The Move Golf Academy:

- **Golfanlage Harthausen**
- **GC Steigerwald in Geiselwind e. V.**
- **GC München West Odelzhausen e. V.**
- **GC Schloß Maxtrain e. V.**



Besuchen Sie uns unter:  
**www.the-move.de**

\*) Tipps von Jonathan Taylor, der mit seinem Swing Simply-Konzept das Golfspielen auf eine neue Ebene hebt, was keinesfalls bedeutet, dass er alles noch komplizierter darstellt. Es ist wirklich viel einfacher, als man denkt. [www.the-move.de](http://www.the-move.de)