



Övning: Chip – Stå på främre benet och chippa

Mål: Att träffa bollen på nervägen och få en bra uppställning

Syfte: Att utveckla sin närspelsteknik

Instruktion:

Sätt ut en 9 håls-chippbana, vid varje chipslag skall spelaren stå med vikten på främre benet, det bakre benet dras bakåt så att spelaren står med tån i marken med den bakre foten. Spelaren chippar in mot ett hål och puttär för att sedan göra samma sak på nästa hål.

Övningen kan även göras som mängdträning/uppvärmning för att lära sig repetera. Den hjälper även spelaren att behålla vikten och träffa bollen på nervägen.

Mall för utskrift:

Behövs ej.