



Övning: Pitch – Längdövning

Mål: Att landa bollen en viss distans

Syfte: Att skapa längdkontroll

Instruktion:

Sätt upp koner till exempel 20–50 meter. Slå 10 bollar till första distansen med dina wedgar, har du 3 wedgar så blir det 30 slag, gör sedan likadant till nästa längd.

Denna övning kan gärna genomföras slumpmässigt, alltså olika längder och olika klubbor varje slag, detta är att föredra.

Utmana dig själv eller en kompis att klara så många till en viss distans som möjligt. Att föra statistik kan vara att föredra och då kan du följa din utveckling.

Mall för utskrift:

Behövs ej.