



Övning: Pitch - Distanstest

Mål: Träna spellikt

Syfte: Att utveckla sina pitchar under press/resultat fokus

Instruktion:

Träna på att få dina pitchslag så nära som möjligt från olika distanser. Denna övning tränar dig under mer press och den liknar hur det faktiskt är på banan eller kanske under tävling. För score och se hur du utvecklas, du kan även utmana en kompis över att samla poäng.

Mall för utskrift:

Wedgetest

- 1 poäng inom 3 m
- 2 poäng inom 2 m
- 3 poäng inom 1 m
- 4 poäng i håll

Station	Längd / M	Score
1	30	
2	40	
3	50	
4	60	
5	30	
6	40	
7	50	
8	60	
9	40	
	Totalt:	