



### **Övning: Bunker – Ägget**

***Mål:*** Att få ur bollen ur bunkern

***Syfte:*** Att utveckla och skapa bunkerslag

### **Instruktion:**

Denna övning tränar dig till att skapa ett bra bunkerslag där träffen och mängden sand blir jämnare. Du tränar på att repetera rörelsen och förstå hur du ska träffa bollen

Övningen går ut på att du ställer dig som att du skulle slå ett bunkerslag. Innan detta ritar du en ring ca 1-2cm utanför bollen i sanden. Nu har du skapat ett ägg. Målet är nu att slå bort ägget och bollen, det vill säga träffa en jämnare mängd sand för varje slag eftersom du slår bort ett "ägg" sand varje gång.

### **Mall för utskrift:**

Behövs ej.