



### **Övning: Bunker – Strecket**

***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 ett streck ca 1-2cm bakom bollen i sanden. Målet är nu att träffa strecket och sedan lära sig att avgöra hur långt innan man behöver träffa bollen samt repetera detta. Strecket hjälper dig även att se hur du träffar bollen efter varje slag.

### **Mall för utskrift:**

Behövs ej.