



Övning: Bunker – Studsa klubban

Mål: Klara av att studsa klubban inte "hugga" klubban i marken

Syfte: Att utveckla sitt bunkerspel

Instruktion:

Träna på att träffa sanden rätt och förstå hur man slår ett bunkerslag med bättre kontroll. Övningen går ut på att inte "hugga" djupt ner i marken med leading edge/kanten på bladet utan i stället använda "bouncen"/undersidan på klubban för att studsa den i sanden. När man slår ett bunkerslag är inte målet att slå djupt ner i sanden utan snarare att ta toppen/lagom mycket och våga slå igenom.

Träna på att bara träffa sanden rätt och gör sedan samma sak fast vid bollen, ser du någon skillnad på hur sanden är bortslagen? Hitta rätt mängd sand för ditt bunkerslag. Träna sedan på att repetera detta.



Mall för utskrift: