



Övning: Spel - Statistik

Mål: Träffa så många fairways och greens samt ha så få puttar som möjligt

Syfte: Träna på att fokusera på träffar i stället för score

Instruktion:

Övningen går ut på att träffa så många fairways och greener som möjligt samt att ha så få puttar som möjligt. För varje slag som du träffar fairway på första slaget skriver du ett kryss och annars lämnar du blankt. För greenträffar gäller "på rätt antal" så på en par 5a ska du träffa greenen på tredje slaget och på en par 4a på andra slaget för att få skriva ett kryss. På par 3or blir skriver man ett kryss i "greenträff" om man träffar på första slaget. Skriv även ner antalet puttar du gör för varje hål, gäller endast från green.

Gör övningen fler gånger på samma eller olika banor och följ din utveckling. OBS! kan även göras på endast 9 hål om man vill.

Lycka till!

Mall för utskrift:

Spelträning- Statistik			
Gör ett kryss om du träffar fairway eller green annars lämna blank.			
Räkna även antal puttar per hål. Räkna ut total och skriv ner.			
	Fairway	Greenträff	Antal puttar
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			
11			
12			
13			
14			
15			
16			
17			
18			
Total:			