

Aufgabe 2

Spielformen zum **Chippen**:*

Spielformen zum Üben dieser Technik, bei der der Schläger aus den Schultern in einer Pendelbewegung durch den Ball geführt wird.

Das Flug-Roll Verhältnis (1:2) des Balles ist hierbei zu beachten. Bei der Ausführung des Schlages sollte der Schlägerkopf zu keiner Zeit die Hände überholen.

Lernziele:

- Verbesserung des Flug-Roll-Verhältnisses
- Verbesserung der Längenkontrolle

Material

- Bälle (eigene Bälle oder Range Bälle)
- 1 Schläger pro Spieler
weitere Golfschläger, Seile oder Stäbe

Aufwärmen vor der Übung:

Schulterkreisen: Arme neben dem Körper hängen lassen und mit den Schultern vor- und rückwärts kreisen

Schultern mit hängenden Armen hoch und runterschieben

Arme Kreisen: Ausgestreckte Arme nach vorne und hinten kreisen lassen

Durchführung der Übung **Chip Leiter**:

Vorbereitung:

Lege die Schläger bzw. Seile in gleichen Abständen auf das Putting bzw. Chipping-Grün und markiere einen Startpunkt auf dem Vorgrün mit einem Hütchen.

Ausführung:

Das Treffen der jeweiligen Landezone liegt bei dieser Übung im Vordergrund. Der Spieler versucht, der Reihe nach die einzelnen Felder zu treffen (1>2>3>4>5). Wenn er ein Feld getroffen hat, darf er das nächste Feld anspielen. Wenn er das letzte Feld getroffen hat, ist das Ziel der Übung erreicht.

Variante 1: Erfolgsserie

Bei dieser Variante müssen alle Felder in Folge getroffen werden (1>2>3>4>5). Falls der Spieler ein Feld nicht trifft, geht er ein Feld zurück.

Variante 2: Erfolgsserie (schwer)

Die Felder müssen auch bei dieser Variante in Folge getroffen werden. Trifft der Spieler ein Feld nicht, muss er wieder beim ersten Feld beginnen.

* nach [Chippen üben | Golftraining | thelittlegolfer](#)

Variante 3: Kontrast Chippen

Bei dieser Variante spielt der Spieler abwechselnd ein kurzes und ein langes Feld an (zum Beispiel: 1>5>2>4>3)

Variante 4: Würfel Chippen

Markiere mit deinen Schlägern/Stöcken/Seilen 6 Felder auf dem Putting bzw. Chipping Green. Vor dem Schlag würfelt der Spieler. Auf diese Weise wird vorgegeben, in welchem Feld sein Ball landen soll.