



Spieler/in

Datum

Wettkampf / Runde

Platz / Tees

Wetter / Bedingungen

Caddie

Beobachter/in

Stufe ☐ GLT ☐ ABT 1 ☐ ABT 2 ☐ AST ☐ HLT 1 ☐ HLT 2

Beobachtungsfokus heute (aus aktuellem Trainingsziel)

Vor der Runde Aufwärmen ☐ + ☐ o ☐ - Zeitmanagement ☐ + ☐ o ☐ -

BEWERTUNG JE LOCH + leistungsförderlich o unauffällig - leistungsmindernd ★ Schlüssel- / Druckmoment leer = nicht beobachtet Vordrucke einkreisen: ← links · ✓ getroffen · → rechts · ↓ kurz · ↑ lang

Bereich	Kriterium · Loch →	1	2	3	4	5	6	7	8	9	Σ OUT	Beobachtungen & Situationen
A Spielleistung	Par											
	Score											
	Fairway	← ✓ →	← ✓ →	← ✓ →	← ✓ →	← ✓ →	← ✓ →	← ✓ →	← ✓ →	← ✓ →		
	Grün getroffen (GIR)	← ✓ → ↓ ↑	← ✓ → ↓ ↑	← ✓ → ↓ ↑	← ✓ → ↓ ↑	← ✓ → ↓ ↑	← ✓ → ↓ ↑	← ✓ → ↓ ↑	← ✓ → ↓ ↑	← ✓ → ↓ ↑		
	Up & Down / Sand Save	✓ ✗	✓ ✗	✓ ✗	✓ ✗	✓ ✗	✓ ✗	✓ ✗	✓ ✗	✓ ✗		
	Putts											
	Länge 1. Putt (m)											
	Strafschläge											
B Entscheidung & Strategie	Schläger- & Zielwahl										+ _ - _	
	Risikomanagement										+ _ - _	
	Commitment										+ _ - _	
C Technik unter Druck	Ballflugkontrolle										+ _ - _	
	Distanzkontrolle										+ _ - _	
	Kontaktqualität										+ _ - _	
	Kurzes Spiel										+ _ - _	
	Putten										+ _ - _	
D Selbststeuerung	Pre-Shot-Routine										+ _ - _	
	Post-Shot-Routine										+ _ - _	
	Fokus & Konzentration										+ _ - _	
	Reaktion auf Fehler/Erfolg										+ _ - _	
	Körpersprache & Emotionen										+ _ - _	
E Physis & Rhythmus	Energielevel										+ _ - _	
	Ess- & Trinkverhalten										+ _ - _	
	Spieltempo & Rhythmus										+ _ - _	
F Soziale Kompetenz	Kommunikation										+ _ - _	
	Auftreten & Etikette										+ _ - _	
★ Druck	Schlüsselmoment											



Spieler/in

Datum

Wettkampf / Runde

Beobachter/in

BEWERTUNG JE LOCH + leistungsförderlich o unauffällig - leistungsmindernd ★ Schlüssel- / Druckmoment leer = nicht beobachtet

Vordrucke einkreisen: ← links · ✓ getroffen · → rechts · ↓ kurz · ↑ lang

Bereich	Kriterium · Loch →	10	11	12	13	14	15	16	17	18	Σ IN	Beobachtungen & Situationen
A Spielleistung	Par											
	Score											
	Fairway	← ✓ →	← ✓ →	← ✓ →	← ✓ →	← ✓ →	← ✓ →	← ✓ →	← ✓ →	← ✓ →		
	Grün getroffen (GIR)	← ✓ → ↓ ↑	← ✓ → ↓ ↑	← ✓ → ↓ ↑	← ✓ → ↓ ↑	← ✓ → ↓ ↑	← ✓ → ↓ ↑	← ✓ → ↓ ↑	← ✓ → ↓ ↑	← ✓ → ↓ ↑		
	Up & Down / Sand Save	✓ X	✓ X	✓ X	✓ X	✓ X	✓ X	✓ X	✓ X	✓ X		
	Putts											
	Länge 1. Putt (m)											
	Strafschläge											
B Entscheidung & Strategie	Schläger- & Zielwahl										+ _ - _ _	
	Risikomanagement										+ _ - _ _	
	Commitment										+ _ - _ _	
C Technik unter Druck	Ballflugkontrolle										+ _ - _ _	
	Distanzkontrolle										+ _ - _ _	
	Kontaktqualität										+ _ - _ _	
	Kurzes Spiel										+ _ - _ _	
	Putten										+ _ - _ _	
D Selbststeuerung	Pre-Shot-Routine										+ _ - _ _	
	Post-Shot-Routine										+ _ - _ _	
	Fokus & Konzentration										+ _ - _ _	
	Reaktion auf Fehler/Erfolg										+ _ - _ _	
	Körpersprache & Emotionen										+ _ - _ _	
E Physis & Rhythmus	Energielevel										+ _ - _ _	
	Ess- & Trinkverhalten										+ _ - _ _	
	Spieltempo & Rhythmus										+ _ - _ _	
F Soziale Kompetenz	Kommunikation										+ _ - _ _	
	Auftreten & Etikette										+ _ - _ _	
★ Druck	Schlüsselmoment											



Spieler/in

Datum

Wettkampf / Runde

Beobachter/in

1

DOKUMENTIEREN

Daten und Beobachtungen Loch für Loch

→

2

EINORDNEN

gemeinsam mit Spieler/in, im Kontext von Training und Belastung

→

3

ABLEITEN

konkrete Trainingsaufgaben, Trainingsart, Druckbedingung

RUNDENSTATISTIK

	OUT	IN	Gesamt	Referenz Ø Saison / Ziel
Score / zu Par				
Fairways			/ 14	
Grüns in Regulation			/ 18	
Up & Down			— / —	
Putts gesamt				
Putts pro GIR				
3-Putts				
Strafschläge				

BEREICHSPROFIL DER RUNDE Skala wie Kompetenzprofil (RTK Abb. 4.15)

	Ist-Eindruck heute	vs. Training
A Spieleleistung	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3	☐ ▲ ☐ = ☐ ▼
B Entscheidung & Strategie	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3	☐ ▲ ☐ = ☐ ▼
C Technik unter Druck	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3	☐ ▲ ☐ = ☐ ▼
D Selbststeuerung	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3	☐ ▲ ☐ = ☐ ▼
E Physis & Rhythmus	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3	☐ ▲ ☐ = ☐ ▼
F Soziale Kompetenz	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3	☐ ▲ ☐ = ☐ ▼

▲ im Wettkampf besser · = vergleichbar · ▼ im Wettkampf schwächer als im Training

WICHTIGSTE BEOBACHTUNGEN DES TAGES

1.

Bereich _____

2.

Bereich _____

3.

Bereich _____

EINORDNUNG IM GESPRÄCH

Sicht Spieler/in

Gemeinsame Erkenntnis

ABGELEITETE MASSNAHMEN

#	Trainingsaufgabe / Maßnahme	Trainingsart	Druckkategorie	bis wann
1		☐ VT ☐ FTT ☐ STT ☐ SAT ☐ WT	☐ Präzision ☐ Bewegung ☐ Situation ☐ Belastung	
2		☐ VT ☐ FTT ☐ STT ☐ SAT ☐ WT	☐ Präzision ☐ Bewegung ☐ Situation ☐ Belastung	
3		☐ VT ☐ FTT ☐ STT ☐ SAT ☐ WT	☐ Präzision ☐ Bewegung ☐ Situation ☐ Belastung	