

## Test teaching hulpmiddelen

In deze rubriek laat ik u kennis maken met attributen die de moeite waard zijn.

### Teaching AID 2

# De Truth Board

Al lang bekend is het feit dat 43 procent van het gemiddeld aantal slagen per ronde putt slagen zijn. Maar wist u dat 70 procent van deze putts, dus 70 procent van die 43 procent, van 3 feet (90 cm) of dichterbij de hole zijn? Dit zijn de putts die je als speler dus echt niet mag missen als je goed wil scoren. Korte putts worden (na de lijn verkeerd lezen) het meest gemist omdat de speler niet compleet stil staat tijdens zijn of haar putt slag.

### Stilstaan

Een super apparaat waarmee ik heb gewerkt bij de Dave Pelz Shortgame School in de USA, is de Truth Board. Vaak trainen met de Truth Board is de manier om te leren compleet stil te staan tijdens het putten. Ik zie zoveel

putts gemist worden omdat mensen met hun hoofd of zelfs met hun hele lichaam de bal achterna gaan! De Truth Board is een metalen oefenplank, met kunstgras bekleed, met een spiegel aan de onderkant - om te checken of uw ogen boven de bal zijn - en een hole aan de oplopende bovenkant. Bekijk de Truth Board op foto 3. Het oefenen met de Truth Board is eigenlijk heel simpel. Neem uw houding in met de balpositie iets meer bij uw linkervoet. U moet uw eigen ogen in de spiegel kunnen zien als u boven de bal staat. Kijk naar foto 4. Hier maak ik een normale pendule beweging en ik blijf naar mezelf in de spiegel op de Truth Board kijken om te checken of ik mijn hoofd stil houd. Dit is wat Dave Pelz noemt 'positive feedback': ik ZIE dat mijn ogen boven de bal

zijn en dat, als ik mijn slinger swing maak, ik mijn hoofd helemaal stil houd. Probeer nu uw putt uit te helen. Ook als u uw putt swing gemaakt hebt, kijkt u nog steeds in de spiegel: u moet uw beide ogen nog steeds kunnen zien!!! (zie foto 5). Om de oefening steeds moeilijker te maken is het ook mogelijk om de hole kleiner te maken met bijgeleverde verkleinstukjes.

### 10 minuten per dag

Ik adviseer iedereen die beter wil leren putten 10 minuten per dag deze oefening met de Truth Board te doen. Dit kan op kantoor tijdens uw pauze, of gewoon thuis in uw woonkamer of slaapkamer, of natuurlijk gewoon op de oefenfaciliteiten van uw eigen home-course. ■

### +info

The Truth Board is bedacht en ontwikkeld door Dave Pelz, de short game specialist van de wereld. Prijsindicatie voor de Truth Board ligt rond de \$ 140 en is te bestellen via [www.pelzgolf.com](http://www.pelzgolf.com)



+foto 3



+foto 4



+foto 5