

# Putt drill van Jack

Jack Nicklaus was bekend als misschien wel de beste pressure putter aller tijden. Twintig Grand Slam overwinningen zijn hier het bewijs van. Wilt u weten hoe hij zo goed is geworden?

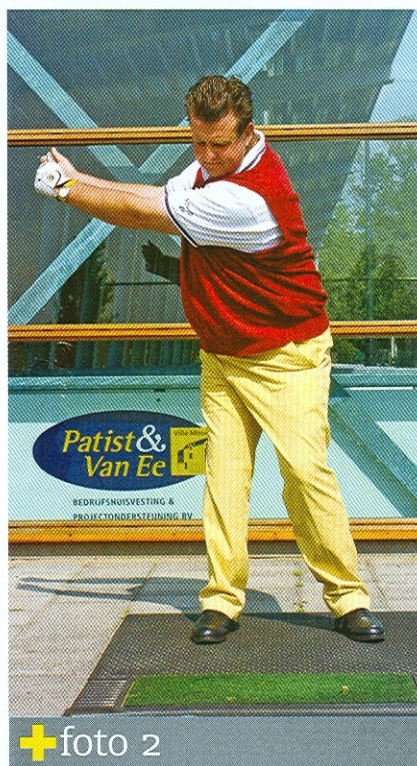
## Tee Putts

In de jaren dat ik mijn artikelen schrijf, ben ik al vaker teruggekomen op dit onderwerp: hoeveel slagen zou u kunnen besparen als u de putts tot 1,5 meter naar de hole bijna nooit meer mist? Een goede oefening is de volgende: op foto 1 ziet u mij aan het werk op de putting green met mijn grote tee. Die grote tee is in feite een pen, die als cadeautje gekocht kan worden in de meeste golfshops. Een gewone tee werkt net zo goed, trouwens. De gedachte erachter is deze: de hole is 10,8 cm in doorsnede. Als je een oefentee kunt raken die maar 1 cm breed is, dan is de hole op de baan ineens bijna 1100% groter geworden. Als u regelmatig de tee raakt tijdens het oefenen dan lijkt een hole op de baan zo groot als een emmer. Dus als u de volgende keer aan het oefenen bent, sla dan wat minder ballen op de driving range en putt eens 15 minuten naar een tee toe. U zult een beter resultaat op uw scorecard zien. ■



+foto 1

Deze drill komt uit de koker van Jack Nicklaus. Ik kan u geen tourkaart garanderen als u oefeningen van de tourprofessionals overneemt, maar als het hun spel verbetert, zou het uw spel dan ook niet kunnen helpen?



+foto 2



+foto 3

## Droog Pitchen

Als ik naar een Dutch Open ga op de Hilversumsche, kan ik urenlang op en rond de driving range en de oefengreens lopen. Gewoon kijken naar de top van de Europese playing professionals. Wat voor oefeningen en swing drills gebruiken zij om hun spel scherp te houden. Wat mij dan opvalt, is het grote aantal spelers dat 'droog' swings maakt, zelfs zonder maar een stok in de hand. Hun idee daarachter is dat als de lichaamsbeweging goed is, de beweging met stok erbij ook goed is. Wat kan dit voor u betekenen? Op foto 2 en 3 ziet u een pitch

oefening die ik regelmatig met mijn leerlingen op de driving range doe. Als ik mijn achterswing maak, zie foto 2, dan probeer ik mijn armen te zwaaien naar een 9 uur positie op de klok. Op foto 3 heb ik een rustige doordraai gemaakt en probeer ik mijn eindpositie vast te houden. Een goede manier om deze drill te oefenen is de volgende: maak vijf swings zonder stok en dan weer vijf slagen met bal. Probeer dezelfde lichaamsbeweging te blijven maken. Wissel dit weer af met vijf swings en weer vijf slagen met de bal. ■