

Putting Performance Concept –

from theory to practice, from practice to performance

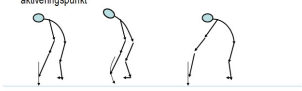
Målet är att alla ska veta sina styrkor och svagheter inom puttning. Alla ska veta vad de ska träna på och hur de ska göra det. Dagen ger en förståelse för sig själv som puttare, men också en förståelse för mer generella koncept inom puttning.

Vi genomför tekniktester med SAM Putt Lab och testar olika förmågor som är avgörande för puttning, t ex kortputtning, greenläsning, längdkänsla och närspel. Testerna i sig är mycket bra träningspass. Var och en får en skriftlig individuell rapport över testresultat och träningsråd.

Dagen innehåller också en föreläsning om puttning. Vad är viktigast i puttning? Hur bra är de bästa i världen? Hur påverkar olika tekniska aspekter vårt resultat? Hur viktig är puttern och vad är en bra putter? Det är några av frågorna man får svar på här. Fakta och forskning. Inga marknadsföringsargument!

SVINGSPÅR

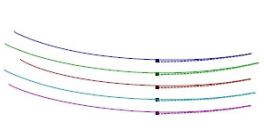
- Påverkar 18% av bollens startriktning (blad 82%)
- Tourspelare har i genomsnitt 0,7 gr utifrån-in
- Överskattad betydelse
- Svingspårets krökning beroende av kroppshållning och aktiveringspunkt



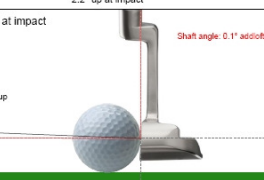
HÄLMSTAD
GOLFKADEMI

Dagen lämpar sig för ett elitlag på ca 8 spelare. På föreläsningen får gärna flera vara med. Det är önskvärt att klubbens tränare är med under dagen för att effekten på sikt ska bli så stor som möjligt.

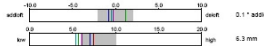
Putting path - side view



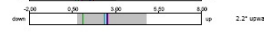
Rise & Shaft at impact




Shaft at impact



Height at impact



Rise angle



Putting Performance Analysis

Putter: **GoProClubbens GCC**

Club: **0**

Player: **0**

Year: **0**

Performance Summary

Short putting	Ball putted	Score	Rating 1-10
Length control	Technical	2.27%	2
	Consistency	63.7%	10
Direction control	Technical (dir)	0.22	10
	Technical (speed)	0.88	6
	Inside hole 3 m	85.0%	8
Technical aspects SAM	Consistency	85.0%	8
	Technical	75.0%	5
Technical aspects SAM	Consistency	75.0%	5
	Technical	75.0%	4
Putter dimensions	Technical	85.0%	5
	Weight	75.40%	5
	Face	70	3

Putting stats

Putts	Score
Putts / GB	2.88
Par/3	6.7%
Over/3	15.5%
Under/3	25.5%
Under/3 or less	18.2%

Putter specifications

Specifications	Value	Specifications	Value
Length	33	Putter loft	4
Loft	4	Ball diameter	52.7
Face	0.7	Face angle	0.1
Weight	0.1	Face angle	0.1
		Shaft length	0.39
		Ball spin	100

Type: Ping Anser

Practice recommendations:
1. Use practice for putting path and for accuracy. Monitor putting speed for accuracy.
2. Practice next day for putting path.
3. Monitor face for putting path stability.
4. Use weight monitor, when using long-handled club. Monitor grip with force sensor on club.

Om dagen genomförs på Haverdals GK kan man direkt få hjälp med att anpassa puttern, t ex längd och loft, av en av landets bästa klubbmakare (extra kostnad).

Träningsråd för den närmaste tiden och kunskap för livet.

www.golfutveckling.nu
fredrik.wetterstrand@pga.golf.se