

DIE KASSELERIN BETTINA LOMEN BERICHTET ÜBER DEN AUFBAUKURS DER AMP-GOLFSCHULE

Denn ohne Gras gibt es keinen Spaß

von Bettina Lomen



Bettina Lomen hebt hervor: „Der Aufbaukurs der AMP-Golfschule ist gut geplant und durchdacht. Übungen zum Pitchen und Chippen nehmen breiten Raum ein.“

Ohne Gras kein Spaß. So lautet das Motto. Frei nach Jimmy Hendrix vermittelt Pro Dermot O'Connor den Teilnehmern, dass sie beim Pitchen unter den Ball kommen müssen, um ein gutes Ergebnis zu erzielen. Sofort sind die fünf Teilnehmer des Aufbaukurses der AMP-Golfschule (www.amp-golf.de) in Warnsdorf am Timmendorfer Strand ganz Ohr. Ohne Gras kein Spaß. Die Gedankenstütze soll den Aktiven bei ihren Probeschwüngen helfen. Für den Pro sind Probeschwünge wichtig. Er spricht dabei von der „Think Box“ und meint, ein bis drei Probeschwünge seien notwendig, bis der Golfer sicher sein könne, dass sein Schwung okay sei. Dabei kommen alle Sinne zum Einsatz. Die Augen überprüfen, ob der Schlägerkopf vor, neben oder hinter dem Ball das Gras streift.

Die Ohren nehmen wahr, welches Geräusch auf dem Fairway entsteht. Kinästhetisch wird klar, ob sich die Bewegung leicht anfühlt. Erst wenn alles stimmt, geht der Spieler in die „Play Box“. Dann erst folgt der Schlag. „Ich kann meinen Ball nur mit einem guten Gefühl gut spielen. Und nicht, wenn ich merke, dass beim Probeschwung etwas nicht gestimmt hat“, hebt der Trainer hervor. Während des Aufbaukurses kommt dem kurzen Spiel eine zentrale Bedeutung zu. Beim Chippen und Pitchen werden die jeweiligen Techniken vermittelt.

Die Wiederholung an mehreren Tagen mit immer neuen und abwechslungsreichen Übungsformen führen zum Erfolg. O'Connor verteilt Markierungen mit unterschiedlichen Distanzen von zehn bis 70 Metern. Er motiviert die Spieler, die Wirkung ihrer Schläge zu beachten und ein Gefühl zu entwickeln, welche Technik die größere Erfolgschance hat. Dermot O'Connor war über zehn Jahre lang in der Nähe von Freiburg als Golflehrer aktiv, bis es ihn 1986 in seine irische Heimat zog. Dort brachte er unweit seiner Heimatstadt Killarney, auf der Halbinsel Dingle, den Aufbau des gleichnamigen Links Course zum 18 Loch-Platz voran.

Als damals einziger Deutsch sprechender Pro war er 15 Jahre lang nicht zuletzt für deutsche Urlauber ein beliebter Trainer. „Nach so langer Berufserfahrung im Unterricht mit Einzelstunden finde ich es jetzt klasse, mei-

ne Kunden fünf Tage zu trainieren. So kann ich einen deutlichen Lernfortschritt am Ende des Kurses beobachten“, berichtet er und fügt hinzu: „Ich kann den Einzelnen seinen Fähigkeiten entsprechend fördern. Und wir haben als Team Spaß dabei!“

Dreimal neun Bahnen gehören dazu

Als Tipp für das Training ohne Pro empfiehlt O'Connor, ein Tee 15 Zentimeter hinter den Ball zu stecken. Beim Pitchen muss der Schlägerkopf unter den Ball, damit er das Tee nicht berührt. Entsprechend wird beim Chippen das Tee vor den Ball gesteckt. Das Spielen aus der Hanglage oder aus dem satten Gras stellt die Spieler wieder vor neue Herausforderungen. „Je höher der Ball beim Pitchen steigen soll, umso mehr wird vom linken Fuß gespielt.“ Der gebürtige Ire zeigt, dass das Spiel vom linken Fuß auch an einer steilen Bunkerante zum Erfolg führt. „Ich hätte nie gedacht, dass ich den Ball an der Kante rauskriege“, zeigt sich Tobias Schönhofer restlos begeistert. Was von allen Kursteilnehmern mit Spaß und zunehmendem Erfolg geübt wird.

„Einmal am Tag die Schläge aus dem Bunker zu üben, gibt mir Sicherheit. Ich glaube, das kriege ich auch im Spiel hin“, meint Philipp Schönhofer.

Der Aufbaukurs eignet sich für Anfänger mit dem Ziel der Platzreife und Spieler mit hohen Handicaps, die Sicherheit im Turnier-

Dumm gelaufen? Zum Glück gibt es die SV Unfallversicherung.



Wir beraten Sie gern.

Sie finden uns in nahezu jeder Gemeinde in unseren SV Geschäftsstellen und bei unseren Partnern in allen Sparkassen oder über unseren Kundenservice: SV Sparkassenversicherung, Kölnische Straße 42-46, 34117 Kassel, Tel. 01 80/3 33 93 33 (0,09 €/Min.)

SV Sparkassen Versicherung



Blick auf einen Abschnitt des landschaftlich reizvoll gelegenen Platzes in Warnsdorf, wo zahlreiche AMP-Kurse stattfinden.

spiel gewinnen wollen. An den fünf Tagen wollen drei Teilnehmer ihre Platzreife erlangen, einer sein Spiel unter Turnierbedingungen verbessern und der Fünfte am kurzen Spiel arbeiten.

Da dreimal neun Löcher zum Programm gehören, kommen alle auf ihre Kosten. „Ich habe viel gelernt. Aber ich hätte nicht gedacht, dass Golfen so anstrengend ist“, so Peter Lorenz.

Kurse auf den Kanaren und in der Türkei

Das AMP-Konzept zeichnet sich dadurch aus, so Prokurstin Sandra Scheer, dass weniger technisch orientiertes Training im Vordergrund steht als aufgabenorientiertes, spielerisches Üben. Die Trainer gehen individuell auf die Teilnehmer ein und nutzen Gruppendynamik. Mentale und emotionale Übungsinhalte werden eingebaut.

Was gibt es Neues im AMP-Winterprogramm? Die Golfschule kehrt zu ihrer bewährten Kursdauer von sechs Stunden pro Tag zurück. Stammkunden zeigen sich bei der Dauer optimal betreut. „Insbesondere die Gespräche beim gemeinsamen Mittagessen und die Besprechung nach dem Kurs sind wertvoll“, betont Scheer. Sie vertraut dem Motto ihres Hauses, „nicht auf die Uhr zu schauen, sondern zu trainieren, bis der Kunde sein Pensum gelernt hat.“

Bei Kursen wie „Fit durch die Saison“ oder „Das kurze Spiel“ ist neben dem Üben die tägliche Umsetzung auf dem Platz ein Muss. „Das Training und die Neunlöcher-Runde lassen sich nur bei einer Kurszeit von sechs Stunden umsetzen“, so Scheer.

Eine Neuheit für den Winter 2009/2010 ist der „Vom Bogey zum Birdie-Kurs“. Golfer, die schon länger spielen, deren Handicap nicht höher als 18 ist, werden individuell weitergebracht. Sie lernen, ihr persönliches Potenzial zu nutzen. Es geht darum, erklärt Scheer, „durch spielerisches Üben mit mehr Spaß besser zu spielen.“ Die mentale Stärkung ist neben den viermal neun Löchern Bestandteil des fünftägigen Trainings. Hinzu kommt ein Platzreifekurs. Der dauert nunmehr fünf statt, wie bisher, zehn Tage.

Wem sechs Stunden Golf pro Tag zu viel sind, der kann seinen Kurs individuell zusammenstellen. Das Programm setzen die Pros um. Sie begleiten ihre Aktiven als Caddies auf dem Platz und helfen in taktischer oder mentaler Hinsicht, beim kurzen oder langen Spiel. Scheer: „Das individuell zusammengestellte Package können neben dem Einzelspieler auch Firmen, Gruppen und Familien kreieren.“ Renner unter den Angeboten sind der Kurs „Fit durch die Saison“ und der „Aufbaukurs zur Platzreife“. Als besonders nachgefragte Kursziele erweisen sich die Kanarischen Inseln und die Türkei. Weltweit arbeiten über 50 Golflehrer für AMP. Einer davon ist Dermot O'Connor. Was ihn auszeichnet, ist seine ausgeprägte Fähigkeit, Spieler individuell zu fördern. Für alle gilt: Ohne Gras kein Spaß!

Specksteinöfen - Kaminöfen - Gaskamine - Schornsteinbau



Rostocker Str.45-47
34225 Baunatal - Großenritte
Tel. 05601-894754

Am Eschenbornrasen 25
37213 Witzenhausen
Tel. 05542-500353



Die ganze Welt der Wärme!

www.fin-world.de