

TRAINING MIT STEFAN QUIIRMBACH



Stefan Quirmbach ist Präsident der PGA of Germany und betreibt Golfschulen im Hardenberg Golfresort und G & LC Semlin am See. Infos: www.StefanQuirmbach.de.

Die Aufnahme rechts wurde im neuen Videoraum des G & LC Gut Kaden gemacht.

Der Unterricht in Deutschland hat sich in den letzten Jahren erheblich gewandelt. Durch verbesserte Ausbildung und konsequente Weiterbildungsangebote der PGA of Germany ist die Qualität der Teaching Pros mittlerweile auf einem hohen, international anerkannten Standard. Zudem sind die technischen Möglichkeiten enorm verbessert

Verantwortungsbewusster Unterricht beginnt mit einem Gespräch zu den golferischen Zielen des Schülers sowie einer sorgfältigen Schwunganalyse. Anschließend sollte der Professional anschaulich erklären und demonstrieren können, in welchen Schritten sich die Veränderung vollziehen sollte.

Für eine sorgfältige Analyse sowie die Begleitung der schwungtechnischen Entwicklung ist Video unerlässlich. Der Golfschwung dauert in der Abschwungphase 0,2 Sek., der Treffmoment gerade mal 0,0002 Sek. In dieser kurzen Zeit kann kein Mensch sehen, was wirklich geschieht. Daher besitzt fast jeder Pro heutzutage eine digitale Videokamera. Der Schwung wird Ihnen dann auf einem PC oder einem Fernsehschirm gezeigt. In vielen Golfclubs und Golfschulen werden mittlerweile jedoch computergestützte Videoanalysensysteme eingesetzt, die mit zwei oder drei Kameras zeitgleich operieren. Durch die simultane Übertragung der verschiedenen Blickwinkel – frontal und seitlich – ist der Professional noch genauer in der Analyse. Zusätzlich wird der Schwung auf einen Bildschirm gespielt, der vor dem Schüler im Boden eingelassen



FOTOS: STEFAN VON STENGEL

ist (Ziffer 1 im Foto). Am Computer (2) kann der Pro Linien einzeichnen oder Vergleichsbilder aus dem Archiv einfügen.

Video kann aber auch eine Gefahr bedeuten. Manchmal wird versucht, den „perfekten“ Schwung zu erreichen, unabhängig davon, ob es dem Schüler bei seinem Problem hilft. Der Vergleich der Bewegung mit denen der Topstars (Tiger Woods, Ernie Els usw.) kann hilfreich sein, jedoch besitzen die allerwenigsten Menschen die körperlichen Voraussetzungen, diesen Schwung zu erlernen.

Vorsicht ist auch bei zu viel Videokonsum geraten. Für den Pro ist es wichtig, die Entwicklung der Bewegung zu überprüfen. Jedoch ist es nicht notwendig, ja kann sogar kontraproduktiv sein, wenn der Schüler jeden seiner Schwünge sieht.

Neben dem Sehen ist Fühlen für das Erlernen der Bewegung ebenso wichtig. Aus diesem Grund setzen viele Pros Unterrichtshilfsmittel ein. Die Auswahl ist

sehr groß – vom simplen Tee bis zu kompliziert anmutenden Schwungrädern. Entscheidend dabei ist, dass das „Teaching Aid“ ihnen direktes Feedback gibt, ob sie die gewünschte Bewegungsveränderung gemacht haben oder nicht.

In dem Foto verwende ich große Schaumstoffblöcke (3), die die korrekte Schwungbahn umrahmen. Der „Fehltritt“ wird sanft aber deutlich zurückgemeldet. Mein Schüler kann die Veränderung fühlen und sich langsam an das neue Bewegungsmuster gewöhnen. Aber auch hier besteht die Gefahr, dass die Hilfsmittel falsch oder zu viel eingesetzt werden. Der Schüler gerät in eine Abhängigkeit und erreicht ohne Hilfsmittel keine Verbesserung. Fazit: Gute Professionals nutzen die Erkenntnisse der Lernpsychologie und setzen neue technischen Entwicklungen ein, um sie schneller zu ihrem gewünschten Ziel zu bringen – mehr Spaß und Erfolg beim Golfspiel. ←