

TRAINING MIT STEFAN QUIIRMBACH

Geboren
am 9. 12. 1960
in Montabaur;
Präsident
der PGA
of Germany



Chris Couch's „Crosshand-Griff“

Eine ungewöhnliche, aber praktikable Methode, akute Chip-Probleme in den Griff zu bekommen

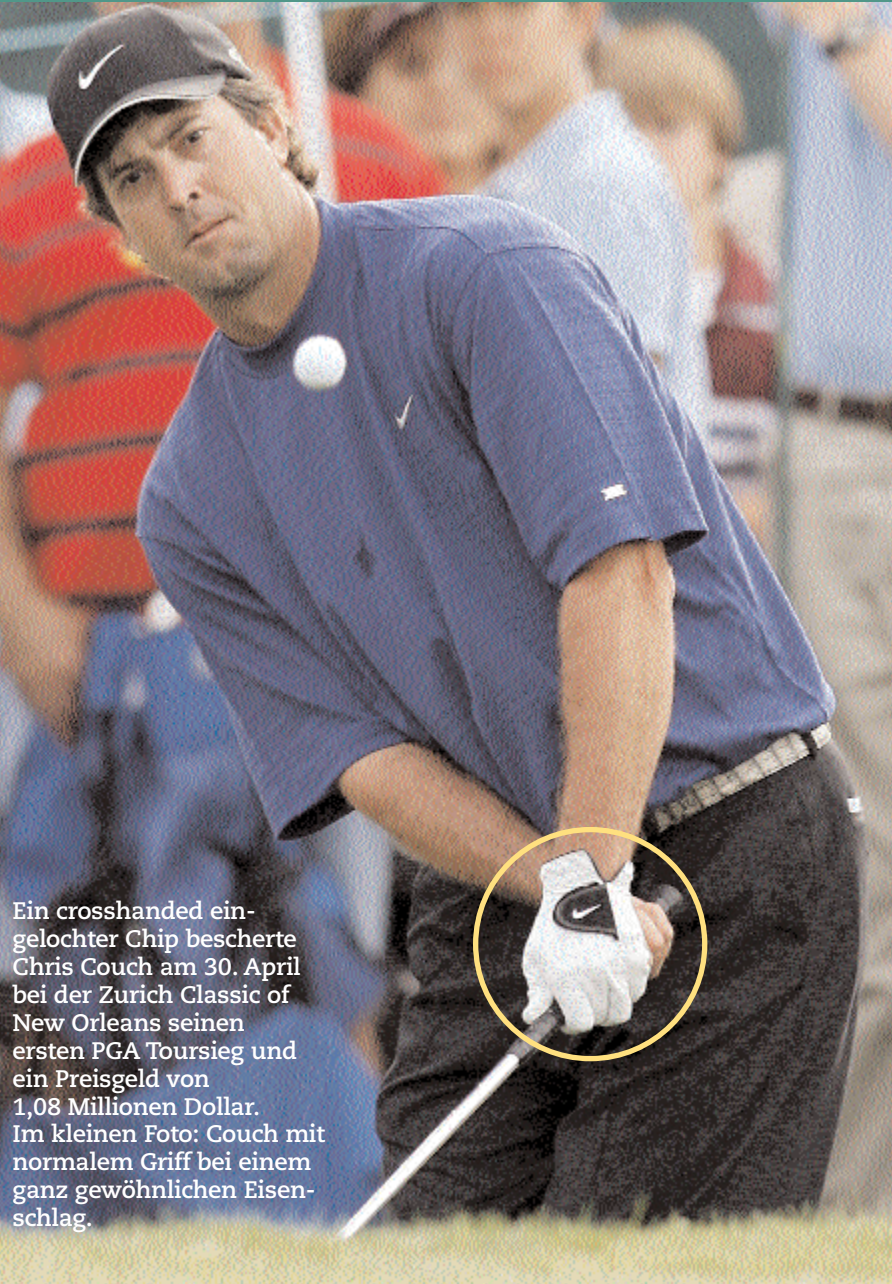


Von Stefan Quirmbach*

**Der Five-Star-Professional betreibt eine Golfschule im Hardenberg GolfResort bei Göttingen*

Chris Couch (33) verwendet bei allen Schlägen unter 80 Metern den so genannten „Crosshand-Griff“ an. Bei dieser Griffart wird die linke Hand unter die rechte am Griff angelegt. Diese Griffart hat verschiedene Vorteile: Sie stabilisiert in erster Linie das linke Handgelenk im Treffmoment. Die rechte Hand bleibt in der Treffphase zudem länger zurückgebeugt und kann sich dann in der Treffphase strecken. Dadurch wird ein sauberer Ball/Bodenkontakt ermöglicht. Chris Couch hatte früher enorme Probleme beim Chippen. Sein Coach riet ihm, diese Griffvariante auszuprobieren. Nach einigen Monaten Übung war es ihm so vertraut, dass er es in einem Turnier ausprobierte, Erfolg hatte und seitdem dabeigeblichen ist.

• **Wann sollten Sie den „Crosshand-Griff“ ausprobieren?** Wenn Sie häufig beim Chippen vor dem Ball im Boden



Ein crosshanded eingelochter Chip bescherte Chris Couch am 30. April bei der Zurich Classic of New Orleans seinen ersten PGA Toursieg und ein Preisgeld von 1,08 Millionen Dollar. Im kleinen Foto: Couch mit normalem Griff bei einem ganz gewöhnlichen Eisenschlag.

hängen bleiben, dann könnte der „Couch-Griff“ für sie eine Lösung darstellen. Es macht auch Sinn „crosshanded“ zu chippen, wenn Sie bereits mit diesem Griff putten.

• **Bei welchem Schlag ist der „Crosshand-Griff“ nicht ratsam?** Wenn

Sie den Ball mit der Lobtechnik besonders hoch schlagen oder sich aus einem tiefen Bunker befreien wollen.

In beiden Situationen ist ein aktives Abknicken des linken Handgelenks notwendig, und das ist mit dem „Crosshand-Griff“ nicht so gut möglich.