

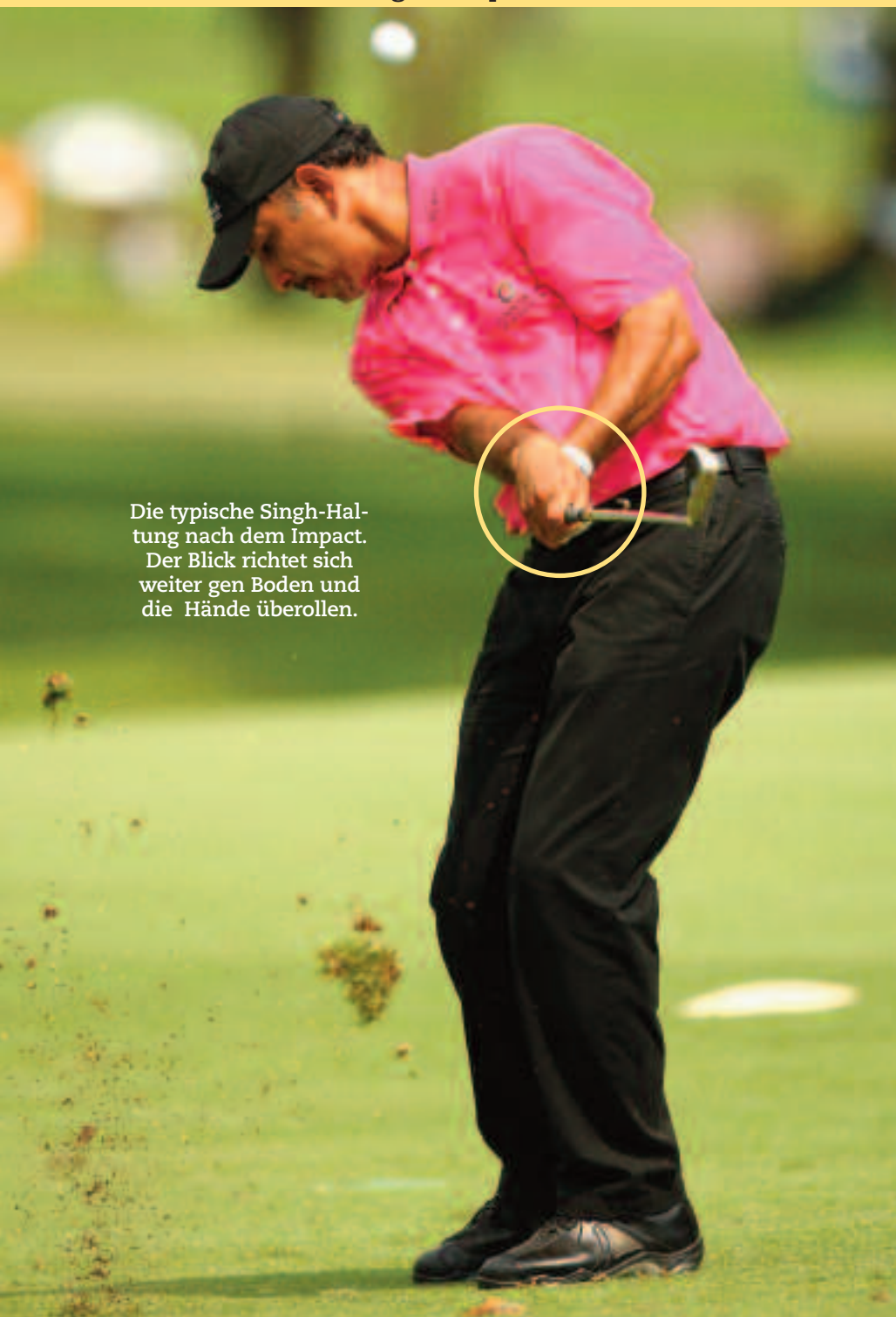
Geboren am
9. 12. 1960
in Montabaur;
Präsident der PGA
of Germany



Stefan Quirnbach

Der indische Individualist

Clever: Jeev Milkha Singh kompensiert einen Fehler mit einem weiteren Fehler



Die typische Singh-Haltung nach dem Impact. Der Blick richtet sich weiter gen Boden und die Hände überrollen.

Von Stefan Quirnbach*

* Der Five-Star-Professional betreibt eine Golfschule im Hardenberg Golf-Resort bei Göttingen.

Jeev Milkha Singh (37) ist einer der härtesten „Arbeiter“ und Vielspieler auf der Tour. Im Jahre 2006 spielte er unglaubliche 39 Wochen und gewann dabei u. a. das Volvo Masters in Valderrama. Seit der letzten Saison gehört er den Top 50 der Welt an. Zu verdanken hat er es einem ausgezeichneten Kurzen Spiel und einem sehr sicheren langen Spiel.

Auf seiner Internetseite gibt er sein Geheimnis preis: „Schauen Sie den Ball ganz fest an.“ Das kann man auch im Bild deutlich sehen. Kaum ein Spieler der heutigen Weltklasse schaut solange nach dem Treffmoment noch auf die Stelle, wo der Ball lag. Denn das hat normalerweise negative Auswirkungen auf den Rücken und in den meisten Fällen auch auf den Ballflug. Durch das zu lange Schauen auf den Ball wird die Körperrotation nach links stark gehemmt und die Hände rollen zu schnell über. Dadurch entstehen oft Schläge, die stark nach links abfliegen oder hooken.

Singh kompensiert diese Gefahr durch einen ausgeprägt „schwachen“ Griff und durch eine „Slicestellung“ des Schaftes im höchsten Punkt des Ausholens. Den „schwachen“ Griff kann man hier im Bild sehr gut erkennen. Obwohl beide Hände bereits stark überrollen, zeigt die Schlagfläche noch nicht auf den Boden.

• Was können Sie davon lernen?

Bitte nehmen Sie nicht den Tipp mit dem Fixieren des Balles an, denn das gefährdet möglicherweise ihre Bandscheiben. Aber seine geschickte Art, eine Fehler (blocken des Körpers und starkes Überrollen) mit einem anderen Fehler (offene Schlagfläche durch den Griff) auszugleichen, ist durchaus nachahmenswert. Dazu gehört aber viel Übung, denn die Ausgleichsbewegungen müssen sehr genau getimt sein.

FOTO: GETTY IMAGES