



Nyhetsbrev 1 - 2007

Set makeup, kan det hjälpa dig till en bättre score?

Svaret på ovanstående fråga är definitivt ja, förutsatt att du har en korrekt Set makeup för dina unika egenskaper.

Reglerna säger att en spelare endast får ha 14 golfklubbor i bagen samtidigt.

Långt ifrån alla spelare behöver ha 14 golfklubbor i bagen. Men oavsett vilket, så är det väldigt viktigt att ha en bra spridning där varje klubba fyller ett distinkt syfte och en tänkt längd.

Många spelare har klubbor som de slår lika långt med, de kan även ha för stora avståndsskillnader mellan vissa klubbor.

Den grundläggande tanken med en effektiv Set makeup är att ersätta de svårslagna klubborna med andra, mer lättslagna som levererar rätt längd. Detta innebär kort och gott färre långa järnklubbor och fler högloftade träklubbor/hybrider i bagen.

En korrekt och effektiv Set makeup innebär för en spelare mycket mer, exempelvis:

- Ta bort klubbor som ger samma längd
- När gapet är för stort, lägg till en klubba
- Ha rätt klubba i varje situation
- Tänka "outside-the-box". Ibland behövs fler wedgar, ibland fler träklubbor

Hur många headcovers bör det finnas i min bag?

En spelare med handicap 10-36 på väg till driving rangen bärandes en bag innehållande klubbor med 5-6 head-covers är en medveten och smart golfare.

En annan spelare i samma handicap grupp bärandes en bag innehållande en driver, trä 3, 5, järn 3 – PW, SW skulle med en korrekt Set makeup utveckla sin golf och sannolikt ha roligare ute på banan.

En spelare med singelhandicap som har som längsta konventionella järnklubba en 5:a, är troligen en medveten golfare som inte lämnar något åt slumpen.

Varför?

Han är en smart golfare som oavsett sitt handicap inte använder svårare klubbor än dem han konsekvent kan kontrollera.

Men, det finns inga generella riktlinjer för hur många hybrider/högloftade träklubbor en spelare med ett visst handicap ska spela med. Allt beror på vilken som är den lägst loftade järnklubban som spelaren uppriktigt kontrollerar konsekvent.



Nyhetsbrev 1 - 2007

DEMODAG - Lördagen 2007-02-24, kl. 11 – 16

Årets **HETA** nyheter kan du prova i Spångahallen. Slå i Launch Monitor samt på vanlig matta i hallen.

Bland årets nyheter märks:

- Fyrkantiga drivers
- Fairway klubbor med max trampolin
- Wedgar med max spinn
- Hybrider med max trampolin



Driver

Lägre loft = längre slag. Definitivt sant, om du heter Bubba Watson eller är extremt hårdslående.

De flesta golfare drar nytta av en driver med högre loft än de spelar med. Detta kommer vi att belysa ingående i ett senare nyhetsbrev.

Fairway Woods

I stället för att förutsätta att en trä 3:a bör vara den lägst loftade fairway-klubban så rekommenderar vi starkt att först utvärdera din förmåga att få upp bollen i luften.

Dagens trä 3:or har oftast ett loft mellan 13-15°, vilket är för lågt för de flesta spelare om bollen ligger på fairway. Detta resulterar i en för låg bollbana, vilket gör att maximal längd inte kan fås.

Hybrider

Är 2 eller 3 hybrider bättre än 1?

De flesta spelare med handicap över 15 är betjänta av hybrider i stället för järn 3 och 4.

Många skulle även dra nytta av en hybrid som ersättning för järn 5.

Järnklubbor

Det finns en gyllene regel som säger 24/38.

Regeln innebär att det inte finns många spelare som har den svingtekniska förmågan att konsekvent kontrollera en järnklubba med 24° loft eller mindre och med en längd på 38" eller mer. Självkänt så finns det golfare som klarar av detta, det är de som har handicap 4 eller lägre.

Kom ihåg, konsekvent kontrollera, inte sporadiskt kontrollera.

Genom att gradvis sänka loften på järnklubborna, 4-6° de senaste 40 åren, så har de långa järnklubborna blivit i princip ospelbara för de flesta golfare.

Wedgar

En korrekt makeup avseende wedgar kan definitivt utveckla din golf. Du kan "aldrig" ha för många wedgar i bagen.

Kom ihåg, wedgar är "scoring tools".



Nyhetsbrev 1 - 2007

Putter

Klubban som används mest av alla under en runda är utan tvekan den mest förbisedda.

Se till att din putter har rätt:

- Loft/Lie
- Längd
- Balans/totalvikt
- Klubbhuvudsteknologi

Inbjudan till föreläsning i Spånga Golfhall

I samarbete med Fredrik Cederborg så har vi en föreläsning om Custom Fitting och Golfträning.

Vi förklarar:

- Varför det är viktigt för dig
- Vad du kan få ut av det
- Hur du går tillväga

Föreläsningen sker vid två olika tillfällen i Spångahallen, vilket datum passar dig?

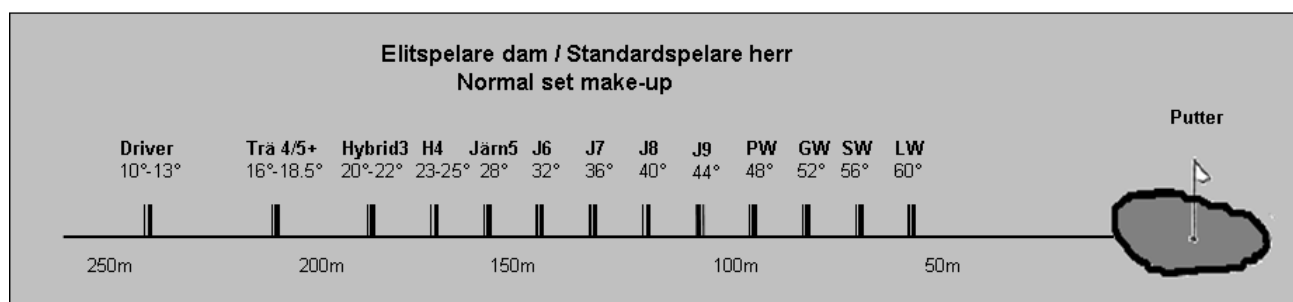
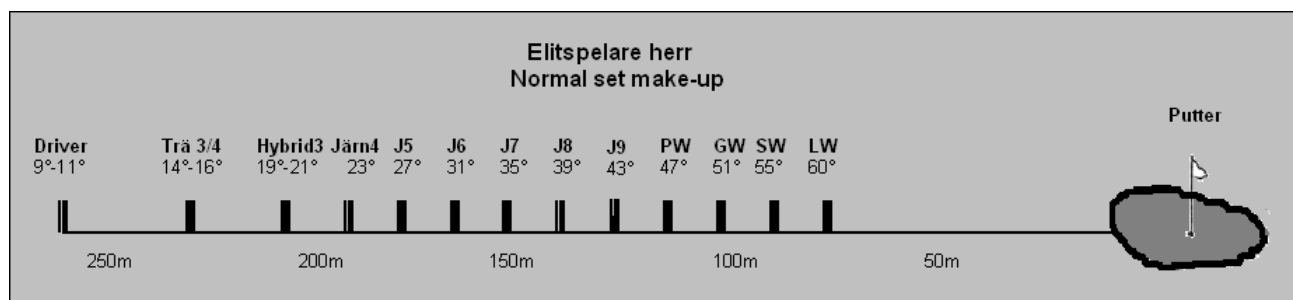
- Onsdagen den 21 februari, kl. 17.30 – 19.00
- Onsdagen den 21 mars, kl. 18.00 – 19.30

Anmäl er i Spånga hallens reception, 08-760 95 50



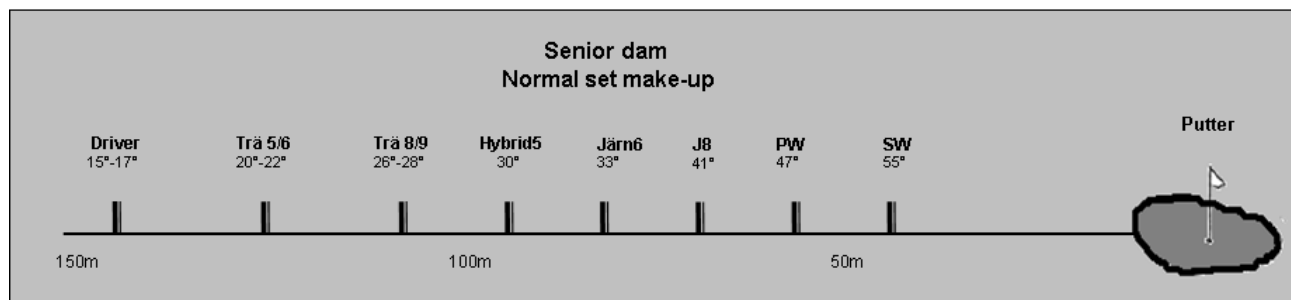
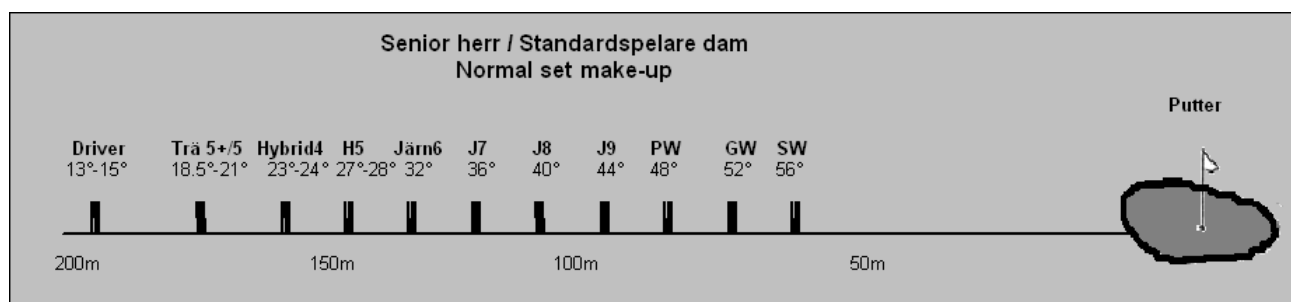
www.cederborggolf.se

Exempel på set make-up som är vanligt förekommande





Nyhetsbrev 1 - 2007



En korrekt Set makeup innebär att du har en klubb att använda vid varje tänkbart slag på banan.

Även tourspelarna använder Set makeup till sin fördel. Phil Mickelson spelade under US Open 2006 med 2 drivers, en för maximal längd, den andra för maximal kontroll.

Andra tourspelare använder ibland 5 wedgar. Har vi exempel på att verkligen tänka "outside-the-box".

Kontakta oss för att kontrollera hur en anpassad Set makeup för dig kan se ut.

Tips för att göra din träning effektiv!

Träning kan vara helt verkningslös eller t.o.m. ge en negativ effekt om du tränar fel. För att du ska utvecklas av din träning så måste du träna på rätt sätt och inte bara repetera dina gamla ovanor.

Hos en av Tee View's samarbetspartner, Cederborg Golf, hittar du kompetens och service utöver det vanliga.

Gå in på hemsidan www.cederborggolf.se. Där hittar du massor av information om träning och varför det är viktigt att träna det som är rätt för dig.

Ett tips: Beställ gratis prenumeration på deras nyhetsbrev.

Vi finns i Stockholm och Costa del Sol

08-760 77 50
info@teeview.se
www.teeview.se