

»Bei Regen sollten Sie kürzer und kompakter schwingen«



Teil IV: Keine Scheu vor Regenwetter!

Wenn's draußen nass und ungemütlich ist, machen viele Golfer gerne einen großen Bogen um den Golfplatz. Doch wenn eine Regenrunde unumgänglich ist, sollten Sie einige Grundregeln beachten. Mit den Tipps von Profigolferin **Caroline Masson** kann das Spiel im Regen sogar Spaß machen



Bereiten Sie sich vor

Eine gute Vorbereitung ist besonders bei schlechtem Wetter wichtig. Denken Sie bei Regen allerdings nicht nur an Ihre Regenkleidung, sondern auch an die Kälte. Nehmen Sie gegebenenfalls auch einen Pullover mit auf die Runde, der Sie bei nassem Wetter warm hält. Damit Sie sich stressfrei auf Ihre Runde vorbereiten können, suchen Sie sich ein trockenes Plätzchen. Ziehen Sie die Regenkleidung vor der Runde im Trockenen an, und ziehen Sie die Regenhaube über das Bag. Sortieren Sie alles in Ruhe, damit Sie auf dem Platz weniger Stress haben.

► **Nächste Ausgabe:** Langer Drive – so geht's!



Organisieren Sie sich auf der Runde

Spannen Sie den Regenschirm rechtzeitig auf. Denken Sie an ein weiteres Handtuch, das Sie sich in den Regenschirm hängen, um Ihre Griffe immer trocken zu halten. Wenn Sie sich ein Handtuch aus dem Clubhaus auf die Runde mitnehmen, bringen Sie es auch wieder zurück! Denken Sie an einen speziellen Regenhandschuh, damit Ihnen der Schläger im Schwung nicht aus der Hand rutscht. Wenn Sie merken, dass Sie etwas vergessen haben, ärgern Sie sich nicht, und nehmen Sie es mit einem Augenzwinkern.



Denken Sie positiv

Natürlich spiele auch ich lieber bei Sonnenschein, 23 Grad und gutem Wetter. Doch eine gute Organisation und optimales Equipment helfen, auch im Regen eine gute Leistung abzuliefern. Bedenken Sie: Alle Spieler haben dieselben Voraussetzungen auf der Runde. Wenn Sie gute Laune behalten, sind Sie den Mitspielern weit überlegen. Doch selbst bei bester Regenkleidung ist die Beweglichkeit etwas eingeschränkt. Versuchen Sie deshalb einen kürzeren, kompakteren Schwung zu machen, um trotz Regenkleidung die Kontrolle über Ihren Schwung und den Ball zu behalten.

Caros Tipp für die Herren...



Gönnen auch Sie sich einmal wieder einen neuen Regenanzug. Die Qualität ist in den vergangenen Jahren wesentlich verbessert worden und kann Ihnen wirklich helfen, trocken über die Regenrunde zu kommen.