

SICHTUNG „TryOuts“

GOLFSPORT RELEVANTE FÄHIGKEITEN

- **KRAFT**
Schnellkraft
- **SCHNELLIGKEIT**
Bewegungsschnell
Beschleunigung
- **BEWEGLICHKEIT**
Gelenkbeweglich
Dehnungsfähigkeit
- **AUSDAUER**
Langzeitausdauer
- **KOORDINATION**
Rhythmus
Differenzierung
Gleichgewicht

GOLFSPORT RELEVANTE FERTIGKEITEN

- **RENNEN**
- **SPRINGEN**
- **WERFEN**
- **TRETEN**
- **SCHLAGEN**
- **STOSSEN**
- **HÜPFEN**

GOLFSPORT SPEZIFISCHE KOMPETENZEN

- **PUTTING**
Grünlesen
Richtung
Speed
- **CHIPPING**
Längenkontrolle
Höhenkontrolle
Krafteinsatz
Flug-Rollverhältniss
- **FULL SWING**
Griff
Posture
Ausrichtung
Ballposition
Stand
Balance