

EX PERT



VON GOTTFRIED
HOFSTÄDTER

KONTAKT:
friedl.hofstaedter@3d-putter.com



„Die Irritation der Konzentration part 1“

Erfolgreiches Putten setzt ein hohes Mass an Konzentration voraus, und diese muss effizient eingesetzt werden.

Die Konzentrationsfähigkeit ist eine mentale Schlüsselqualifikation, ohne die eine konstant gute Leistung nicht möglich ist, ohne sie sind gelungene Putts Zufallsprodukte! Die Konzentration stellt eine spezifische Wahrnehmung dar: Wer sich auf etwas konzentriert, reduziert seine bewusste Wahrnehmung auf ein „als wesentlich definiertes Spektrum“, während alles andere unbemerkt bleibt. Konzentration verlangt nach innerer Ruhe

und Harmonie. Wer es schafft berufliche oder private Sorgen vom Green fernzuhalten, wer mit sich im Reinen ist und ohne Selbstzweifel an seine Möglichkeiten glaubt, wer Wind, Regen oder Hitze einfach als gegeben hinnimmt und keine Gedanken an zB den Spielstand verschwendet, der hat die psychische Basis für eine Top-Leistung geschaffen! Dieser mentale Zustand erlaubt auch den oft zitierten Flow, der beim Aufkommen falscher Gedanken ganz schnell wieder verlorengeht.

Diszipliniere Deine Gedanken in diese Richtung, denn einmal vom gei-

stigen Weg abgekommen ist das Zurück zumindest energieraubend! Ruf Dir diese Herangehensweise immer wieder in Erinnerung Mit dem Bewusstsein der immensen Wichtigkeit trainierst Du bei jedem Putt Deine optimale Leistungsbereitschaft!

Diese erarbeitete mentale Stärke, auf das eindeutig positiv definierte Ziel fokussiert zu sein, sichert Dir das Umsetzen Deines Könnens! Nichts und niemand kann Dein erfolgreiches Putten stören, Du rufst Deine motorischen Fähigkeiten ohne Ablenkung ab.

POWERED BY 3D PUTTER

Alle Kolumnen über perfektes Putten und nähere Infos zu unserem Schläger mit System findest Du auf www.3d-putter.com.



JETZT KAUFEN

SCHLÄGER MIT SYSTEM



Für **GOLF**-Spieler mit höherer „Spielkultur“.

EINIGE 3D-VERTRIEBSPARTNER:

Proshop GC Schloss Schönborn (A)
Golfschule Will Roberts GC Frühling (A)