Exercice du mois – 02-2018

2ème exercice du mois pour 2018 de **Guillaume**, le putting les yeux fermés.

Si vous avez du mal à être régulier et précis au niveau de la distance, essayez cet exercice. Il vous permettra de retrouver des bonnes sensations.

Pour corriger :
– Les putts irréguliers
Pour améliorer :
– Les sensations
– Le toucher
– Le rythme
Matériel utilisé :
– Votre putter
– De balles de practice
– Un peu de confiance

Comment vous organiser :

Des repères pour réussir l’exercice
– Profitez d’avoir les yeux fermés pour développer d’autres sensations
– Mettez tous vos sens au service de votre putting
– Ressentez votre contact à travers vos mains
– Visualisez votre balle en train de rouler sur le green
– Votre objectif est de rentrer la balle ou de ne pas rester court, dépassez de 60 centimètres maximum le trou lorsque vous manquez celui-ci.

L’idée est de louper juste.
Placez-vous à l’adresse normalement puis fermer les yeux.
L’objectif de cet exercice est de réaliser des swings les yeux fermés.