

# Exercice du mois – 08-2018



8èm  
e  
exe  
rci  
ce  
du  
moi  
s  
pou  
r  
201  
8  
de  
**Gui  
lla  
ume**  
:  
Exe  
rci  
ce  
gra  
nd  
jeu  
,  
une  
pen  
te  
pou  
r  
ne  
plu  
s  
sli  
cer  
.

Voici un petit exercice très simple à mettre en place.  
Entraînez-vous et faites disparaître votre slice.

### **Pour corriger :**

- Une trajectoire en slice
- Un swing (trop vertical) dont le chemin de club est extérieur/intérieur à la ligne de jeu

### **Pour améliorer :**

- Votre angle d'attaque, il va être plus horizontal plus tangentiel
- Pour obtenir une trajectoire en Draw

### **Matériel utilisé :**

- Un petit club fer 9 ou 7
- Des balles de practice
- Une pente

### **Comment vous organiser :**

Choisissez une pente dans laquelle la balle est en dessus de vos pieds. Puis placez-vous à l'adresse de façon plus droite que d'habitude. L'objectif de cet exercice est de réaliser des swings dans la pente.

### **Des repères pour réussir l'exercice**

- A l'adresse, vous pouvez baisser vos mains sur le grip
- Votre plan de swing est plus aplati, il est moins vertical
- Sentez que vous tournez d'avantage, votre swing est plus arrondi
- Constatez au retour que votre chemin de club arrive de l'intérieur

Pour réussir cet exercice vous devez brosser l'herbe

Et pour finir la petite vidéo qui va bien.