



Günther Blumhoff, Hans-Christian Vernekohl
Differenzielles Lernen im Golf
Der Weg zu einem besseren Golfer

kraemerverlag
144 Seiten
zahlreiche Abbildungen
17 x 22,5 cm
Flexcover
EUR 24,80 [D]
ISBN 978-3-7828-5004-9

DIFFERENZIELLES LERNEN IM GOLF **DER WEG ZU EINEM BESSEREN GOLFER**

Günther Blumhoff, Hans-Christian Vernekohl
Vorwort von Florian Fritsch

Bei Spitzengolfern stellen wir immer wieder große Unterschiede in den Bewegungen fest; die Wissenschaft bestätigt, dass es keinem Golfer gelingt, zwei identische Schwünge zu produzieren. Warum also sollte ein Golfspieler versuchen, sich einen Idealschwung à la Rory McIlroy oder Tiger Woods anzutrainieren? Ist es nicht sinnvoller, einen Bewegungsablauf zu entwickeln, der individuell funktioniert und der sich unterschiedlichen Situationen anpasst? Das ist das Ziel des differenziellen Lernens – ein hochaktuelles Konzept, mit dem in vielen Sportarten bereits zahlreiche Erfolge gefeiert werden. Die Autoren dieses Buchs haben nun das System des differenziellen Lernens auf die vielen Variablen des Golfschwungs übertragen.

Dieses Buch ist ein Praxis- und Theoriebuch für alle Leistungsklassen, vom Anfänger bis zum Köhner. Insgesamt werden 48 Differenzierungen vorgestellt, die alle Elemente des Golfschwungs berücksichtigen. Zusätzlich werden spezielle Trainingsprogramme für die Driving Range vorgeschlagen, die in jeweils zehn bis 15 Minuten absolviert werden können. Für die interessierten Golfspieler zeigen die Autoren die wissenschaftlichen Hintergründe des differenziellen Lernens auf und erklären, wodurch es sich von der klassischen Methode, die sich an einem Idealschwung orientiert, unterscheidet.

Durch das Differenzielle Lernen können Sie Ihren Golfschwung eigenständig, effektiv und vor allem langfristig verbessern. Sie werden Ihr Golfspiel wieder als Spiel wahrnehmen und mit Kreativität und Freude unendliche Lösungsmöglichkeiten finden. Sie werden durch das Differenzielle Lernen ihren individuellen, optimalen Golfschwung finden.

Karl Krämer Verlag Stuttgart
Schulze-Delitzsch-Straße 15
D-70565 Stuttgart
Telefon +49 (0)711 7 84 96-0
Telefax +49 (0)711 7 84 96-20
E-Mail info@kraemerverlag.com
www.kraemerverlag.com