

Errori nello swing



Posizione eccessivamente eretta, le ginocchia non sono flesse e le braccia sono troppo vicine al corpo



Il peso del corpo si sposta sul piede posteriore. A tratti il piede anteriore viene persino fatto retrocedere e la posizione finale risulta frontale alla pallina.



La testa del bastone al suo apice è troppo lontana dal corpo. Non è pertanto possibile una discesa del bastone perpendicolare al suolo, bensì solo verso il basso. Sembra il colpo di un giocatore di baseball.



Il backswing viene eseguito con i gomiti piegati. Il bastone risulta quindi troppo vicino al corpo impedendo l'esecuzione di un movimento circolare. Sembra più il movimento di uno zappatore (parabola).



Il punto di transizione è troppo arretrato, ossia con il bastone parallelo al suolo. Questa sarebbe la forma massima e definitiva. Un backswing più contenuto è più indicato per i principianti e garantisce l'impatto corretto della pallina.



Il punto d'impatto della pallina non è corretto. Si rischia di top-pare la palla (colpirla in testa) o di fare una flappa (colpire la terra).



La testa viene ruotata troppo in fretta andando a perdere lo sguardo verso la pallina.



La velocità del backswing e downswing è eccessiva, a scapito della mira.



Movimento del corpo verso l'alto e verso il basso. Il baricentro non rimane ad altezza costante.