

DE GOLFGRIP

Dennis Hardenbol

+31 6 18 29 98 73

info@back9.nl

www.back9.nl

In 5 stappen een perfecte grip

Linker hand

1. Houd de club in een hoek van ca. 45 graden voor het lichaam met de leading edge loodrecht omhoog, wijzend naar 12 uur. Leg de grip in de vingers van de linker hand, zodat de grip 1 cm onder het butt-end begint bij de aanhechting van de pink en over het eerste-middelste kootje van de wijsvinger.
2. Doe de hand dicht en geef voornamelijk druk met de laatste 3 vingers. Vanaf boven op de hand kijkend zijn er 2 à 3 knokkels zichtbaar en sluiten de duim en wijsvinger netjes aan.
3. De lijn van de wijsvinger wijst richting het rechter oog (tot rechter oor).



Rechter hand

4. Spreid de rechterhand en sluit hem aan de linker hand door de pink over de wijsvinger van de linker hand te leggen. De grip loopt over de middelste kootjes van de rechter ring- en middelvinger. Bij het sluiten van de hand past de linker duim precies onder de duimmuis van de rechter hand. De lijn van de rechter wijsvinger loopt evenwijdig aan de lijn van de linker wijsvinger.
5. Plaats tenslotte de rechter wijsvinger dusdanig dat deze om de grip heen 'krult' en de rechter duim (haast) raakt. De handen moeten compact aanvoelen, maar de vingers moeten niet te veel in de grip knijpen.

