

Idée reçue n°6

Plus la vitesse de swing est élevée, plus le shaft doit être rigide !

Idée reçue n°19

Un bon shaft ajoute de la distance grâce à un kick plus rapide dans la balle !

Idée reçue n°24

Le shaft est un élément déterminant du spin !

Idée reçue n°12

On peut se faire "fitter" dans tous les magasins et pro shops !

Idée reçue n°32

Pour "travailler" la balle, il faut des clubs plus fins, voire des lames !

Idée reçue n°7

Les clubs de femmes sont conçus pour les femmes !

Vous voulez tordre le cou à ces idées reçues ?

Faites appel à un vrai club-maker !

Pour en savoir plus, et avant tout achat de nouveaux clubs rendez-vous sur le site www.golfnswing.com



**Tél. : 01 39 16 18 60
16, Av du Général Leclerc (N13)
78230 LE PECQ**

TECHNIQUE

TRIANGULAID

Les coups spéciaux

PARTIE 2



Après deux ans de dossiers techniques et "naturels" avec Stéphane Bacho, nous sommes au terme de la présentation concernant les préférences pédagogiques liées à Triangulaid.

Comme dans l'édition précédente, nous vous présentons ce mois-ci quelques secrets de Phil Golding pour se sortir des situations les plus délicates.



Philip Golding

- Joueur Professionnel du Circuit Européen
- Vainqueur de l'Open de France 2003, de l'Open de Paris et du Beko Classic (Turquie) en 2011.
- 17^{ème} sur l'European Senior Tour.

Stéphane Bacho

- Membre PGA France et Coach de Philip Golding,
 - Responsable de l'enseignement Triangulaid à Villiers-sur-Marne (94) et à Noisy-le-Roi (78)
 - Titleist Performance Institute Certified (TPI)
- www.triangulaid.com

Textes : François Denat avec Stéphane Bacho
Photos : François Denat

Nous remercions chaleureusement le Golf de Saint-Germain de nous avoir reçus pour ce dossier technique.

LE SPORT (du fer 4 au driver)

➤ Eviter le danger à gauche

Cette astuce est aussi simple qu'efficace

Bien que la plupart des joueurs rêveraient de driver en draw, il faut parfois éviter à tout prix de finir à gauche. Il vous suffit de placer la balle plus bas sur le tee ! Cela va créer un léger fade (trajectoire gauche-droite). N'oubliez pas de vous aligner légèrement à gauche.



Serrer un peu plus la main gauche.

Le corps est légèrement aligné vers la gauche pour compenser un effet de fade (gauche-droite).

Le tee est plus enfoncé.

Position de balle sur le tee classique.

LE JEU (du Pw au fer 5)

➤ Sortir du rough

Analyser la situation

Il n'y a pas deux coups dans le rough qui soient identiques. Il faut à chaque fois prendre en compte le lie, mais également la distance qui vous sépare de votre objectif et considérer les obstacles qui le défendent.

- Phil est à 150 mètres de l'entrée du green et à 165 mètres de son centre.
- Celui-ci est surélevé et défendu par une série de bunkers.
- La balle est plutôt enfoncée dans l'herbe.

Après un temps de réflexion, Phil décide de jouer un wedge de recentrage, sans danger, qui devrait finir sur le fairway et lui laisser un coup d'une soixantaine de mètres, sa distance favorite.

Il vaut mieux perdre un coup plutôt que deux ou se retrouver dans une situation très délicate.

Prendre un petit club ouvert avec lequel vous êtes en confiance.



MAUVAIS LIE

- Phil utilise son wedge.

Une position de balle et de club à droite dans le stance.



BON LIE

- Phil utilise son fer 7 pour aller chercher le green.

Les mains plus basses sur le club, club l'on ne pose pas à l'adresse.

Une position de balle et de club au centre dans le stance.

LE BUSINESS (tous les coups de petit jeu)

➤ le chip dans une forte pente ascendante

Ce coup est assez simple

Malgré la position assez inconfortable, ce coup n'est pas très difficile. Pour une bonne organisation, il vous faudra quelques petits ajustements.



Incliner les épaules, parallèles au sens de la pente.

Les mains beaucoup plus basses sur le club.

Se placer de manière à ce que la balle soit en face du sternum, à droite du milieu du stance.

Prendre un bon appui sur le pied droit (pour les droitiers) et écarter nettement plus les jambes.

Prendre un club de plus.



Maintenez vos angles même après l'impact. Notez comme Phil maintient son Y formé par le club et ses deux bras.

LE BUSINESS (tous les coups de petit jeu)

► Le chip dans un mini rough en bordure de green

Un hybride chip/putt

Habituellement nous vous conseillerions d'employer votre putter à une telle distance. Néanmoins, vous trouverez parfois des bordures de green se rapprochant plus des roughs que de l'herbe rase autour du trou. Il vous faut alors laisser votre putter dans le sac... mais garder le même coup. Même grip, même position, même dosage, même mouvement mais un club différent.



Prendre un bon appui sur le pied droit (pour les droitiers) et écarter nettement plus les jambes.

Adopter le même grip que sur le green.

Adresser la balle sur l'arête inférieure du club, et jouer avec celle-ci.

Prendre le club plus bas.

Comme au putting, la balle est légèrement en avant dans le stance.

La balle roule de la même manière qu'avec un putter.

LE BUSINESS (tous les coups de petit jeu)

► Le Flop Shot

Un coup moins évident qu'il n'y paraît

Vous réaliserez ce coup lorsque vous ne pouvez pas faire rouler la balle, comme ici, avec une distance relativement importante avant l'entrée du green et que l'espace entre celle-ci et le drapeau est minime. Le Flop Shot vous permettra de faire voler la balle haut et de la faire retomber comme une feuille morte, avec le moins de roule possible.



Comme Phil a besoin de garder ses épaules dans le sens de la pente son poids se trouve un peu plus sur la jambe droite. Pour un lie normal, son poids serait un peu plus vers la jambe gauche (40/60).

Les mains sont plus basses sur le club et la pression est légère.

Prendre le club le plus ouvert du sac et ne pas hésiter à ouvrir encore plus la face.



La position de balle est à gauche du milieu du stance (pour les droitiers) et le club forme une ligne droite au milieu des jambes. Les mains au même niveau que la balle, pas en avant !



Garder le dos de la main gauche orienté vers le ciel pendant l'impact. Cela favorisera le maintien de la face du club ouverte.

Le finish est complet et haut.



LE BUSINESS (tous les coups de petit jeu)

► Le mini lob

Pour une distance moins importante

Ce coup est extrêmement efficace lorsque la balle repose sur un bon lie et que vous souhaitez arrêter la balle rapidement. La trajectoire de ce coup sera haute et retombera très en douceur pour s'arrêter quelques centimètres après le 1^{er} rebond.

Comme toujours, la bonne réalisation de ce coup dépendra de la bonne organisation à mettre en place.

N'hésitez à placer la balle vers le pied gauche et laissez le club toucher l'herbe en 1^{er}, Vous verrez, le résultat est surprenant !



Les mains sont au niveau de la balle.

Prendre un stance plus étroit.

Prendre le club le plus ouvert du sac.

Le point d'impact avec le sol doit se situer environ 2 cm avant la balle.



Ne pas hésiter à placer la balle en face du talon gauche.

Ouvrir le club.



Les épaules, les bras et les mains tournent ensemble vers l'objectif.

Malgré la faible vitesse du mouvement, à la fin de celui-ci la balle n'a pas encore dépassé la tête de club. La balle monte plus rapidement qu'elle n'avance.