

4 1 0 8 spielen

Wintergrüns

Unsere Reiseziele
für Sonnenhungrige

Heldengalerie

Unsere Spieler des Jahres

Einkaufstour

Unsere Spätlese
von der Golfmesse



EINE SONDERVERÖFFENTLICHUNG DER PGA OF GERMANY

Rhythmisch zu besseren Scores

Voraussetzung für beständig gerade Ballflüge sind beständige Auf- und Abschwungzeiten. Zwei aufeinander abgestimmte Trainingsgeräte, die Golfuhr Suunto G6 und ein Kopfhörer mit eingebautem MP3-Player, ergeben das EasyLearning SoundSystem (ELSS) und sorgen für mehr Beständigkeit im Golfschwung. „Voraussetzung, um beständig gute Golfbälle zu schlagen, ist neben der Technik ein wiederholbarer Rhythmus. Nur wiederholbare Auf- und Abschwungzeiten sorgen für das richtige Timing im Treffmoment“, so PGA Golfprofessional Ralf Lehmann, Erfinder des ELSS. Grundlage des ELSS-Players ist die Vertonung von Bewegungsabläufen, die in anderen Sportarten bereits erfolgreich praktiziert wird. Das Gehör kann im Gegensatz zum Auge zeitlich-dynamische Verläufe besonders gut wahrnehmen und speichert diese Informationen direkt im Unterbewusstsein ab. Das EasyLearning Sound-



System sorgt für beständige Auf- und Abschwungzeiten, das richtige Timing im Treffmoment verbessert das gesamte Spiel. Die Golfuhr Suunto G6 ermittelt die Länge des Ausholens, die Schlägerkopfgeschwindigkeit und die Auf- und Abschwungzeit nach jedem Schlag. Der MP3-Kopfhörer enthält Soundsequenzen mit unterschiedlichen Schwungzeiten. Die Bewegung wird durch das gleichzeitige Hören des Schwungeräuschs begleitet, der Spieler kann sein individuelles Erfolgstempo ermitteln. Das ELSS-System ist offiziell von der PGA of Germany empfohlen, besteht aus Uhr und Kopfhörer und kostet 499 Euro (www.ralf-lehmann.com).

Elektrostimulation für Golfer

Bei kaum einem anderen Sport werden mehr Muskeln zeitgleich und auf den Punkt genau beansprucht als beim Golf. Häufig jedoch belasten Spieler die Muskulatur einseitig, wodurch muskuläre Dysbalancen entstehen. Schafft man keine Abhilfe, verschlechtern sich Körperhaltung und Leistungsfähigkeit. Ergänzendes Training kann das Kraftniveau erhöhen und Dysbalancen ausgleichen. Besonders rasches und effektives Ganzkörper-Training verspricht die miha bodytec GmbH mit ihrem gleichnamigen Trainingsgerät. Niederfrequente und individuell dosierte Impulse stimulieren die Muskelgruppen und ihre Gegenspieler gleichzeitig. So werden die beim Golfen belasteten Muskeln an Beinen, Bauch und Rücken, der Schultergürtelbereich und der Trizeps gekräftigt. Das wiederum

verbessert die Konstanz der Bewegungsausführung und führt über die bessere Kontraktionsfähigkeit der Muskulatur zu einer höheren Schlägerkopfgeschwindigkeit sowie zu mehr Präzision und Länge. Im Einsatz ist das neue Trainingsgerät bereits bei Alan Hogg im Golf- und Vitalpark Bad Waldsee: „Innerhalb kürzester Zeit erzielt miha bodytec eine sagenhafte Wirkung. Ich kann das Training ganz individuell gestalten und je nach Tagesform und Zielsetzung einzelne Muskelgruppen gezielt aktivieren“, so der PGA Master-Professional. miha bodytec ist offizielles Partner-Unternehmen der PGA of Germany (www.miha-bodytec.de).



Avis Preferred: Drei Minuten bis zum Autoschlüssel

Avis, offizieller Mietwagen-Partner der PGA of Germany, ist „Bester Autovermieter 2008“. Zu diesem Ergebnis kam das Deutsche Institut für Service-Qualität (DISQ) in einer Untersuchung. „Wir freuen uns sehr über diese Auszeichnung, die unser hohes Serviceniveau bestätigt“, so Wolfgang Neumann, Geschäftsführer der Avis Autovermietung Deutschland. „Noch wichtiger ist uns allerdings das positive Feedback, das wir persönlich von unseren Kunden bekommen. ‚We try harder‘ - und das wissen sie zu schätzen!“ In 170 Ländern weltweit garantiert Avis individuelle Mobilität. Ob beruflich unterwegs oder mit der Familie auf Urlaubsreise: Mit einer Flotte von 350.000 Fahrzeugen gibt es für jeden Anlass das passende Fahrzeug. Mitgliedern des kostenlosen Kundenbindungsprogramms Avis Preferred macht Avis ein besonderes



Geschenk: Zeit! In nur drei Minuten hält jeder Avis Preferred Kunde an über 400 Stationen in Europa seine Fahrzeugschlüssel in der Hand - andernfalls bekommt er einen Gutschein über 30 Euro. Ab zwölf Buchungen im Jahr mit der Avis Preferred Karte erhalten Kunden automatisch die ebenfalls kostenfreie Avis Preferred First Mitgliedschaft, die viele weitere Vorteile bringt, so zum Beispiel kostenlose Upgrades bei jeder Anmietung und attraktive Rabatte (www.avis.de).

AVIS

We try harder.