



Restez dans le plan

Après plusieurs saisons passées sur le Tour européen, Marc Pendariès s'est tourné vers l'enseignement. Il nous confie une de ses clés de la régularité avec ce petit « truc » très simple à mettre en application sur votre swing.

« Le but est de rendre le swing moins compliqué et plus simple à répéter, particulièrement dans les moments difficiles. En démarrant le swing vers la cible, vous favorisez la connexion épaule bras. À mi-swing, le club se place ainsi naturellement à l'équerre des avant-bras (voir ci-dessous), permettant une meilleure synchronisation du mouvement.



En démarrant ainsi, le club se trouve automatiquement dans le plan de swing idéal avec une bonne connexion épaule-bras. Lorsqu'il sera en haut du backswing, Marc n'aura plus qu'à enclencher les hanches à la descente pour ramener le club square à l'impact.



Démarrez votre mouvement en plaçant le club 30 centimètres devant la balle.



PHOTOS: CLAUDE GRANVAUD/CGM

Effectuez votre montée en conservant la connexion épaule-bras. Tout le monde connaît le « truc » de la serviette placée sous les aisselles. Celle-ci resterait coincée sur la photo ci-dessus.

Photos réalisées au Belle Mare Resort (île Maurice).
Merci de son accueil.