



**VERKABELT** Beim Training mit dem Computer ist Nora Angehrn verkabelt, damit jede noch so kleine Bewegung registriert werden kann.



**UNTER KONTROLLE** Beat Grossmann kontrolliert auf dem Grün die Fortschritte.

# «Jetzt wird umgestellt»

10. Juni 2005. Nora Angehrn kam gerade von der zweiten Runde des Arras Open zurück. Im Gepäck eine 75er-Runde – mit 37 Putts! «Da war mir war klar, dass jetzt etwas passieren muss», sagt sie.

Von Hannes Huggel (Text und Fotos)



Nach der missglückten Runde wartete Denise Lavigne, Noras Schwungtrainerin. Zusammen diskutierten sie die Runde, die Lavigne beobachtet hatte, und nahmen eine Kleinigkeit zu sich.

Dann beschlossen sie gemeinsam, beim Putten eine Umstellung vorzunehmen. «Uns war klar: Um besser zu werden, muss ich mein Setup ändern.» Also legte sich Nora Angehrn nicht aufs Hotelsofa, sondern stand drei Stunden auf dem Putting Green. Dort wurde gefeilt und geübt, korrigiert und wieder geübt.

Am Samstag dann arbeitete Angehrn unter den Augen von Lavigne zwei weitere Stunden am Putting, anschliessend drei Stunden mit den langen und den kurzen Eisen, und dann folgte nochmals eine Stunde Putting, um das neue Gefühl mit nach Hause zu nehmen.

Nach einer langen Autofahrt, spät in der Nacht, traf Angehrn dann zu Hause ein. Doch nicht einmal der Sonntag war für sie ein Ruhetag. Nach dem Fitnesstraining ging sie für zwei Stunden nach Zumikon zum Putten, ehe sie «zur Entspannung», wie sie selber sagte, noch sechs Löcher Golf spielte.

**Der Computer hilft**

Worin bestehen denn konkret die Änderungen beim Putten? «Ich habe den Ball mit leicht offenem Schläger angesprochen und den Putter dann beim Durchschwung geschlossen», sagt Angehrn.

Zusammen mit Beat Grossmann, Headpro in Unterengstringen, und unterstützt durch einen unbestechlichen Computer, trainiert Nora Angehrn intensiv an der Verbesserung des Puttens. «Sience & Motion PuttLab» nennt sich das auf Ultraschall basierende, computergestützte Programm, das sofort ein exaktes Feedback zu allen fürs Putten relevanten Parametern



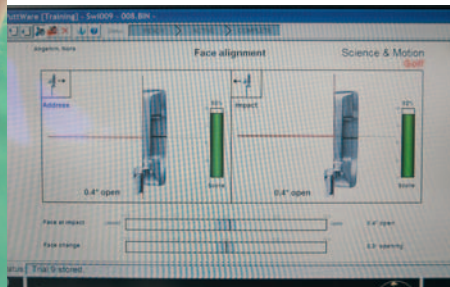
**NEUER GRIFF** Nora hat ihr Setup wesentlich umgestellt, dazu gehört ein neuer Griff.

liefert. Jeder Trainingsputt wird aufgezeichnet. Danach kann eine ganze Serie analysiert werden und gezielt an den Fehlern gearbeitet werden. Neben Angehrn benützen zahlreiche andere Pros das in Deutschland entwickelte System.

### Training, Training, Training...

Eine solche Umstellung erfolgt nicht von einem Tag auf den andern. Sie braucht eine gewisse Zeit und vor allem einen grossen Trainingsaufwand. In der Pause bis zum Turnier in Portugal (24. Juni) wird Nora Angehrn täglich neben den normalen Trainingseinheiten ein ausgiebiges Fitness- und Putt-Training durchziehen. «Durch das häufige Putt-Training wurde und wird mein Rücken stark belastet. Deshalb habe ich zahlreiche Übungen zur Stärkung der Bauch- und Rückenmuskulatur auf dem Programm.»

Angehrn ist auch mit ihrem Sponsor Burgerstein Vitamine zusammengesessen. Thema: Braucht sie ein Präparat, das die Konzentrationsfähigkeit unterstützt?



**WUNSCHTRAUM** Wenn alle Putts so exakt ausgeführt würden, wären die Probleme gelöst.

### Es muss alles passen

Trotz den mittlerweile drei verpassten Cuts in Serie lässt Nora Angehrn den Kopf nicht hängen. «Ich warte auf den Moment, in dem alles zusammenpasst, wo alles stimmt, auch im Kopf.»

Sie gibt unumwunden zu, dass mehrere schlechte Putts hintereinander die Moral schon «etwas anknacksen können». Aber dass sie sie nicht völlig verloren hat, das beweist nur schon der Trainingsaufwand, den sie zurzeit betreibt. «Ich glaube weiter daran, dass ich es schaffen kann», sagt sie. «Die grösste Umstellung gegenüber früher sind die jede Woche stark unterschiedlichen Plätze. Das habe ich als Amateur nicht gekannt.»

Übrigens: Beim «Swiss Golf Day» im Wylihof errang sie mit ASG-Präsident Martin Kessler, Peter Lerch von der Sportinformation und dem Blumisberger Hanspeter Kurzmeyer im Flight den Netto-Turniersieg und gewann den «Longest-Drive Contest».

### Fürs Evian Masters hofft sie auf eine Wildcard

Vor dem Evian Masters am 20. Juli bestreitet Angehrn noch drei Turniere: an der Algarve, in England und in Ungarn (vgl. Scoreboard, Seite 81). «Für Evian kann ich mich nicht regulär qualifizieren, da bräuchte ich schon eine Wildcard», sagt sie realistisch.

Etwas anders sieht es beim «Women's British Open» aus. Allerdings ist auch der Weg dorthin steinig. Zuerst in den Final der Vorqualifikation, dann in die Qualifikation, und wenn sie dort nicht zu den paar Besten gehört, wird nichts draus.

Doch Zuversicht ist da. «Ich bin sicher, dass ich mich beim Putten entscheidend verbessern kann. Und wenn dann wirklich einmal alles stimmt...»

### NEWS

#### Hindernisse sind da, um überwunden zu werden

In Gonten spielten vom 2. bis 5. Juni über 30 körperlich behinderte Golfer aus 8 Nationen um den Meistertitel des Para Swiss Opens. Unter den Teilnehmern waren Paraplegiker, Multiple-Sklerose-Erkrankte, Amputierte (Bein oder Arm), Sehbehinderte, Blinde und dieses Jahr auch ein Geistigbehinderter. Die Spieler starten je nach Behinderungstyp in verschiedenen Klassen und Wertungen. Das Para Swiss Open wurde auch dieses Jahr wieder durch die Euregio Event in Zusammenarbeit mit PluSport, der Schweizer Paraplegiker-vereinigung und freiwilligen Mitarbeitern der Credit Suisse organisiert und durchgeführt.

#### 1. GV der Golf Gams-Werdenberg AG

Helmut Kendlbacher, Präsident der Golf Gams-Werdenberg AG, konnte über 50 Aktionäre und Gäste zur ersten Generalversammlung begrüßen. Die statutarischen Geschäfte gingen schnell und reibungslos über die Bühne. Das Hauptinteresse galt der Information über den Stand des Golfplatzprojektes.

So konnte ein weiterer wichtiger Vertrag mit einem Landbesitzer abgeschlossen werden. Somit stehen jetzt annähernd 55 der benötigten 60 Hektaren Land zur Verfügung. Über weitere 5,5 Hektaren wird anlässlich der Ortsbürgerversammlung vom 4. Juli entschieden. Der Ortsbürgererrat steht dem Golfprojekt positiv gegenüber und schlägt der Ortsbürgerversammlung vor, das Land im Gamser Riet der Golf Gams - Werdenberg AG langfristig zu verpachten. Sollten die Ortsbürger diesen Vorschlag annehmen, könnte mit der Planung und mit der Realisierung des Umweltverträglichkeitsberichtes begonnen werden. Im Zentrum des Interesses der anwesenden Aktionäre stand die Präsentation des Golfplatzarchitekten. Der Verwaltungsrat hat sich nach einem präzisen Evaluationsverfahren für den Basler Landschaftsarchitekten und Golfplatzplaner Peter Kessler entschieden. Auf die Frage, ab wann in Gams Golf gespielt werden kann, gab der Golfplatzspezialist eine diplomatische Antwort. «Diese Frage beantworte ich erst, wenn der Perimeter gesichert und die Baubewilligung erteilt ist. Alles andere wäre Augenwischerei.»