

## CHAPITRE 6

VOTRE  
PETIT JEU

Être au plus près, pour une approche de par 5 ou un chip en bord de green

**C**ertains jours, vous réussissez tous vos pleins swings, d'autres jours, vous n'arrivez pas à toucher le green, même avec une parfaite position de balle et votre club favori entre les mains. Dans ces moments-là, vous devez compter sur votre petit jeu pour sauver votre score. Ces petits chips, pitches et lobs vont compenser les mauvais coups, vous tirant des endroits les plus inconfortables pour vous mettre tranquillement à côté du drapeau, avec des swings qui dépassent rarement la hauteur de genou.

Il y a des milliers de moyens de se rapprocher du drapeau à courte distance, mais au lieu de vous embrouiller avec une multitude de positions et d'options de swing, ce chapitre divise le petit jeu en cinq coups simples : coups roulés, pitches hauts, moyens et bas, et lobs. Leur maîtrise vous permettra de faire face à tout ce que le parcours peut vous réserver dans une partie. De plus, quand vous jouerez ces coups courts à la perfection, vous connaîtrez les réglages à appliquer dans les situations difficiles.

Les swings courts sont faciles à apprendre. Aussi, si vous avez du mal à vous approcher du drapeau, suivez les conseils de nos pros et attendez-vous à des chutes fulgurantes de vos scores.

## LES 5 ENSEIGNEMENTS DE CE CHAPITRE

- Bien se placer pour un chip afin de garantir un toucher parfait et automatique de la balle
- Comment changer de club pour trouver le juste équilibre de vol et le coup roulé en toute situation
- Comment avec un pitch faire retomber la balle près du drapeau depuis le fairway, avec même un peu d'effet
- Comment taper des pitches plus haut ou plus bas pour pouvoir attaquer le green quels que soient les obstacles
- Les clés pour réussir des coups plombés et des lobs

## L'AVIS DES PROS

Continuez  
avec votre  
coup roulé

Est-ce qu'un joueur moyen a intérêt à taper des coups roulés ou à apprendre à faire des chips avec un wedge et à varier sa trajectoire ?

62 %

**Changez de clubs et gardez la balle à ras du sol tout le temps.**

38 %

**Devenez le maître du wedge et variez votre trajectoire.**

« Il vaut mieux utiliser un wedge et changer la trajectoire en se penchant en avant et en reculant la balle dans le stance pour la taper plus bas. Si vous ne faites rien d'autre que des coups roulés, vous limitez votre jeu. »

**Don Hurter**

« La plupart des joueurs contrôlent mieux la distance en faisant un petit coup avec un fer 7 ou un fer 8. Continuez avec votre coup roulé. »

**Mike LaBauve**

# RAPPROCHEZ VOS CHIPS

Voici comment maîtriser ces petits coups difficiles en bord du green et leur donner la trajectoire parfaite à tous les coups.

LEÇON

## Comment taper le chip parfait

Copiez votre coup de putting pour réussir vos coups courts

Comme pour le reste, vous réussirez de meilleurs chips si votre position à l'adresse est correcte. Dans un chip, le but de l'adresse est de mettre en place le corps, les bras, les mains et le club pour créer une attaque verticale, sans pour autant taper la tête de club dans le sol ou frapper la balle avec le bord d'attaque de la face de club. Votre placement et votre technique sont corrects si votre position à l'impact ressemble à celle-ci.

### POINTE FERMÉE

*Les mains doivent rester passives, et le poignet gauche droit, mais elles ont besoin de tourner pour que le club pivote sur son talon à l'impact. Essayez de tourner sans à-coups la pointe du club vers votre cible lorsque vous traversez l'aire d'impact.*

### GESTE CLÉ

#### TÊTE DE CLUB BASSE

*Comparez la hauteur de la balle avec la hauteur de la tête de club : la balle est haute et la tête de club est toujours très basse au sol. Une attaque verticale, et non un coup levé en haut, fait remonter la balle sur la face du club et la fait décoller.*





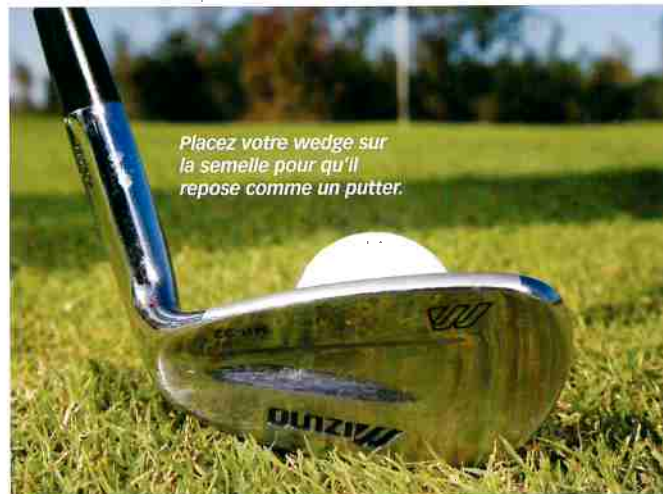
LEÇON

## Se placer pour bien taper les chips

Levez le talon du club et avancez le grip

### Étape 1

Visez la cible avec la face de club, puis levez le club légèrement sur sa pointe. Cela vous donne un angle de manche plus droit, ce qui fait ressembler votre chip à un putt. Un coup de putting est plus facile à contrôler, car le mouvement de balancier est complètement droit. Un angle de manche plus obtus vous demande de balancer le club sur un arc.



### ÉPAULE BASSE

Pour créer volontairement le coup vertical, gardez l'épaule gauche basse pendant l'impact. Ne la soulevez pas, laissez-la en bas et parallèle à la ligne de jeu.

### POIGNET PLAT

Vous ne réussirez pas bien vos chips si vous bougez brusquement les mains ou si vous pliez les poignets. Le poignet gauche doit être plat. Si vous avez du mal à ne pas le casser, essayez un grip de putting.

### POIDS EN AVANT

À l'adresse, répartissez la majorité de votre poids sur le pied gauche et, surtout, essayez de le maintenir là tout le long du coup. Si vous restez sur votre côté droit, votre arc de swing touchera le sol avant la balle et vous la toperez.



### Étape 2

Mettez le grip de votre club 5 centimètres plus près de la cible que l'avant de la balle. Ce mouvement annule l'ouverture de la tête de club et permet l'attaque verticale dont vous avez besoin. Vous pouvez utiliser n'importe quel wedge avec cette technique, voire un fer 9 ou 8.



### Étape 3

Le bout de votre club devra pointer 5 centimètres à gauche du centre de votre corps. Veillez à ce que les épaules soient parallèles à la ligne de jeu et votre poids sur le pied gauche, puis jouez la balle à hauteur de votre pointe de pied droite.



### Étape 4

Déplacez le club avec les bras et les épaules, sans bouger les mains et les poignets, et en gardant le poids à gauche. En traversant l'aire de frappe, vous devriez avoir l'impression de taper la balle verticalement, tout en fermant doucement la face de club.

**Todd Sones**

LEÇON

## Un Y pour des chips tout près

Vous attraperez la balle avec le grip en avant

### Défaut

Soit vos chips sont grattés et vous ne tombez jamais à côté du drapeau, soit vous les expédiez à l'autre bout du green.

### Solution

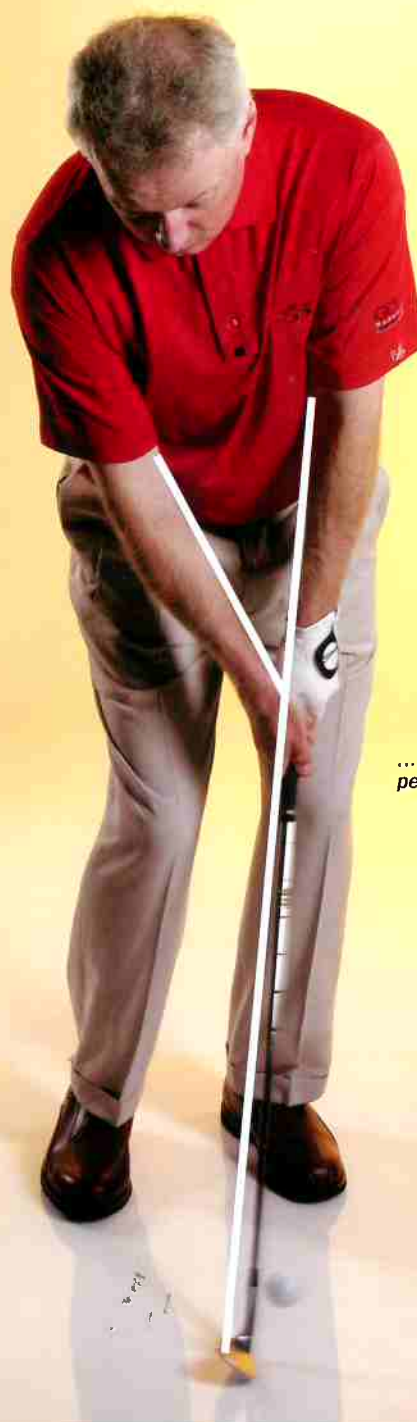
À l'adresse, veillez à mettre la majorité de votre poids sur le pied gauche et avancez le grip du club. Remarquez qu'en faisant cela, les bras et le club forment un Y minuscule.

Former ce Y et le garder intact pendant votre mouvement de chip vous permet de descendre net sur la balle et de l'attraper proprement avant que la tête de club ne touche l'herbe. Essayez de « piéger » la balle entre la face de club et le sol à l'impact. Cela vous fera garder les mains en avant de la balle et vous garantira de la toucher proprement.

**Steve Bosdosh**



*Formez un Y à l'adresse...*



*... et maintenez-le pendant le swing.*



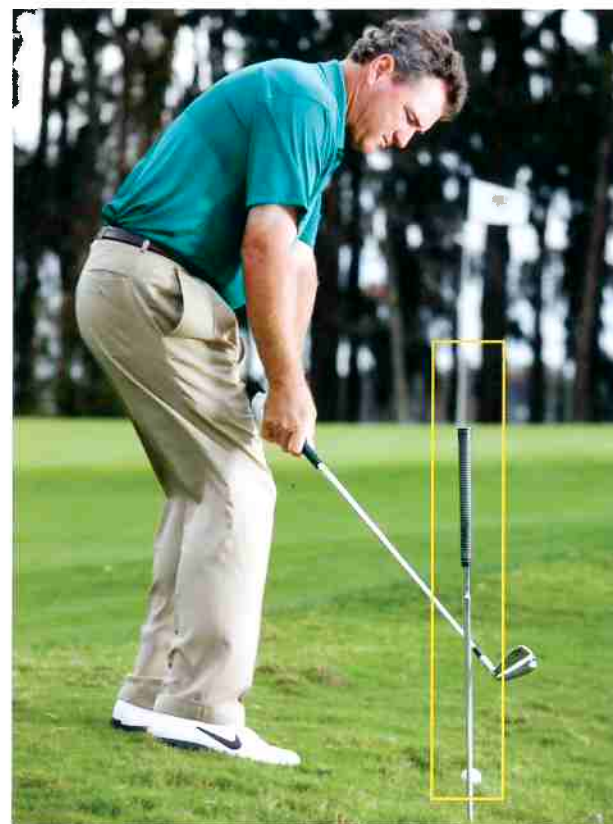
LEÇON

# Réussir vos chips à tous les coups

Laissez votre montée faire tout le travail

## Le problème

Vous considérez que le même swing convient à tous les types de chips. En réalité, vous avez besoin d'au moins deux swings différents : l'un pour les roughs et l'autre pour les positions de balle difficiles. Voici comment adapter votre swing à la situation et mettre vos chips plus près du trou.



EXERCICE

## Trouver un bon chemin de chip

Éparpillez quelques balles autour d'un green d'approche, en variant les positions. Puis, adaptez votre technique selon les coups. Si possible, placez un miroir derrière vous et vérifiez que votre montée travaille vers l'intérieur pour les chips normaux et vers l'extérieur pour ceux exécutés depuis le rough. Si besoin, exagérez chaque mouvement jusqu'à ce que vous soyez satisfait.

Brian Mogg

## Swing à l'intérieur avec une balle difficile

Votre but est de faucher la balle de l'herbe avec un swing arrondi. Imaginez un manche planté dans le sol derrière votre balle et dans l'axe de votre ligne de jeu. Dirigez la tête de club vers l'intérieur par rapport au manche, avec très peu d'armement des poignets, comme pour un long putt. Faites de même pour la montée et lâchez la tête de club vers la cible, en gardant les mains à hauteur de cuisse.



Gardez les mains basses.

**ASTUCE** Votre swing étant peu profond, attendez-vous à ce que la balle ait peu d'effet et roule plus, une fois tombée sur l'herbe.

## Swing à l'extérieur depuis le rough

Lorsque la balle est enfouie dans l'herbe, balancez la tête de club à l'extérieur pendant la montée et armez les poignets fermement pour lever le club. (Pensez « mains basses, tête de club haute. ») En descente, laissez tomber les bras vers le sol et à travers la balle (à gauche de la cible) sans relâcher les mains. Cela vous permettra de prendre la balle sans craindre de la toper.



Armez rapidement le club en haut.

**ASTUCE** Vous créez plus d'ouverture, donc prévoyez d'envoyer la balle aux trois quarts de la distance du drapeau.

LEÇON

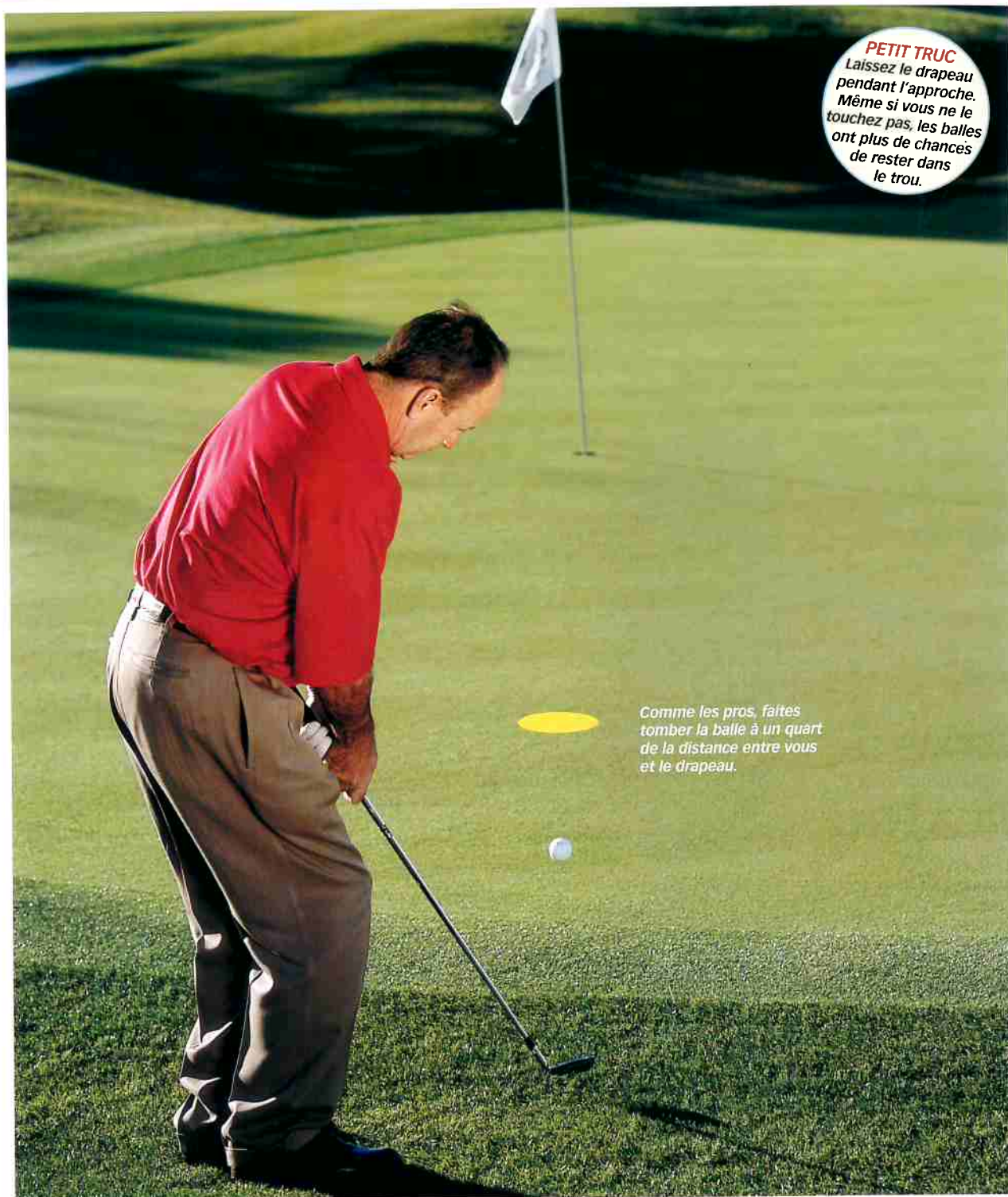
## Atterrir au bon endroit

Comme les professionnels, utilisez la règle des 25 %

Avec *CompuSport*, une société de recherche sur la biomécanique, j'ai étudié la frappe de 30 pros du circuit PGA à moins de 90 mètres. Sur les coups courts, ils atterrisaient toujours à un quart de la distance entre le bord du green et le drapeau. Ainsi, si le drapeau était à 8 pas du début de green, ils faisaient tomber la balle à 2 pas.

S'ils avaient plus ou moins besoin de faire voler la balle, ils changeaient de clubs, mais atterrisaient au quart du chemin à parcourir. Si le green descendait, ils prenaient un club plus ouvert et utilisaient plus de hauteur pour neutraliser la rapidité de la surface. Si le green montait, ils utilisaient moins d'ouverture pour que la balle roule plus. Mais « 25 % » restait la règle d'or.

**Fred Griffin**



**PETIT TRUC**  
Laissez le drapeau pendant l'approche. Même si vous ne le touchez pas, les balles ont plus de chances de rester dans le trou.

Comme les pros, faites tomber la balle à un quart de la distance entre vous et le drapeau.



LEÇON

## Faire de sa balle une balle morte

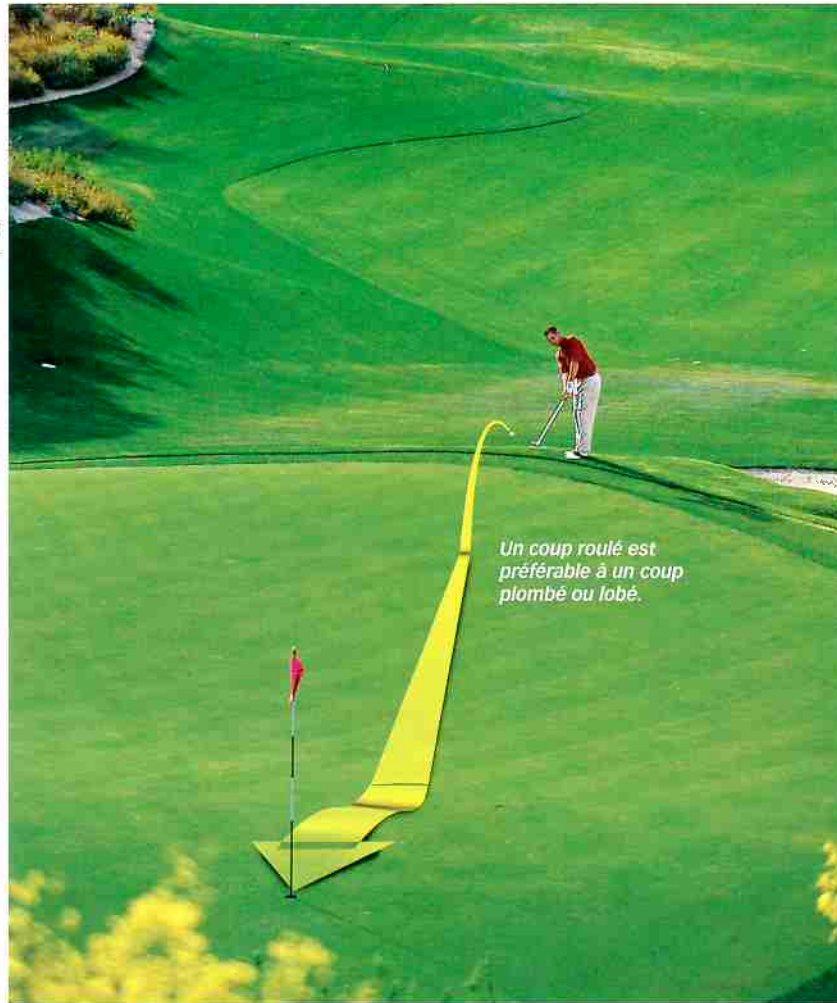
Gardez la balle au sol lorsque vous avez beaucoup de green à parcourir

À moins d'avoir le petit jeu d'un pro ou d'être le maître des coups plombés, laissez tomber l'idée de faire monter un coup très ouvert jusqu'au drapeau. Même si vous touchez bien la balle, elle aura un effet rétro, et si vous atterrissez sur une pente, elle la dévalera dans l'autre sens. Si vous devez parcourir beaucoup de green, faites rouler la balle dès que possible. Faites un chip pour qu'elle roule jusqu'au drapeau comme s'il s'agissait d'un putt. Il est plus facile d'avoir un bon toucher avec ce genre de swing, et le contrôle de la distance est meilleur.

**Jim Murphy**

### Comment choisir le bon club

- **Un chip au sand-wedge fait voler autant la balle qu'il la fait rouler (rapport 1/1). Un pitching wedge la fait rouler deux fois plus (1/2), avec le fer 9 le rapport est de 1/3, etc.**
- **Selon la règle des 25 %, si 12 mètres vous séparent du drapeau, le fer 9 est le choix idéal puisque ce coup demandera de voler sur 3 mètres, puis de rouler sur 9 mètres.**



Un coup roulé est préférable à un coup plombé ou lobé.

L'AVIS DES PROS

### Dois-je me servir du même club pour tous mes chips ?

**Si je veux avoir un beau petit jeu, dois-je toujours faire des coups roulés avec un fer 7 ou 8, ou dois-je utiliser le même club, par exemple un sand-wedge, à chaque fois ?**

Vous avez besoin de deux coups : le coup roulé et le chip ouvert. Le coup roulé est préférable en cas de terrain sec et dur, car il est difficile de prévoir comment la balle rebondira sur le sol avec un coup plus haut. Vous avez intérêt à garder la balle la plus basse possible et à la faire rouler comme un putt. Les greens mouillés et mous demandent un wedge, car il vous permettra de faire voler la balle quasiment jusqu'au trou. Vous n'avez pas besoin de trop modifier la trajectoire. Rallongez ou raccourcissez plutôt le mouvement en fonction de la distance.

**Donald Crawley**

LEÇON

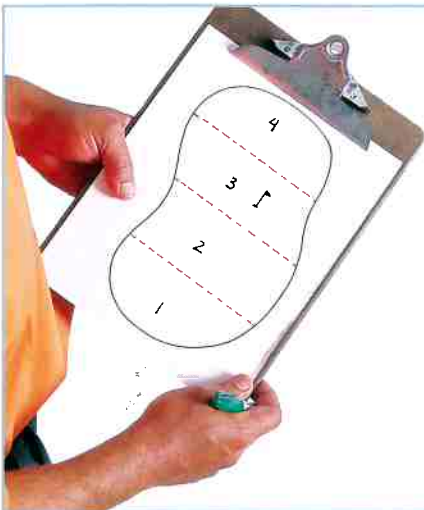
## Planifiez votre attaque

Si vous ne pouvez pas déterminer la distance, jouez une zone

Quand vous faites un chip, imaginez que le green est divisé en 4 zones. La zone 1 est la plus proche de vous, les zones 2 et 3 sont au milieu et la zone 4 est la plus loin. Atterrissez toujours en zone 1 et faites rouler la balle jusqu'au trou. Quel club choisir ? Si votre balle se trouve juste en dehors du green, utilisez ce système :

- **Finir en zone 1 :** sand ou lob wedge
- **Rouler en zone 2 :** fer 9 ou pitching wedge
- **Rouler en zone 3 :** fer 8 ou 9
- **Rouler en zone 4 :** fer 7 ou 8

**Eden Foster**



LEÇON

## Passez à gauche en cas de chip compliqué

Un bon transfert de poids assure un meilleur contact dans les positions de balles difficiles

### Le problème

Lorsque vous devez faire un chip sur une balle mal posée, vous avez peur de mal taper et donc de gratter.

### La solution

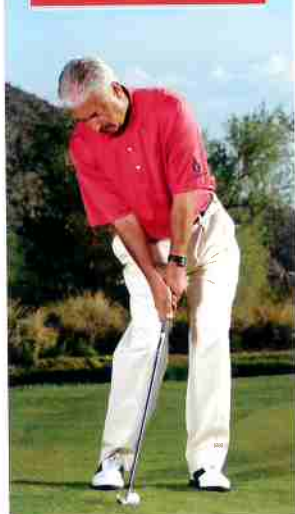
Imaginez que vous êtes en équilibre sur une petite bascule. À l'adresse, la bascule devrait pencher à gauche. Votre poids est parfaitement placé pour taper verticalement la balle et la toucher proprement.

### Comment s'entraîner

Tapez des chips avec une bouteille en plastique vide placée sous le pied droit. Mettez la balle légèrement en arrière du stance et servez-vous de la bouteille pour vous rappeler de bien transférer le poids sur la jambe gauche. Le poids en avant, et ceci pendant tout le coup, positionne bien le bas de votre arc de swing à l'arrière de la balle. Vous ne pourrez pas taper le sol derrière la balle si vous essayez.

Bill Forrest

MAUVAIS !

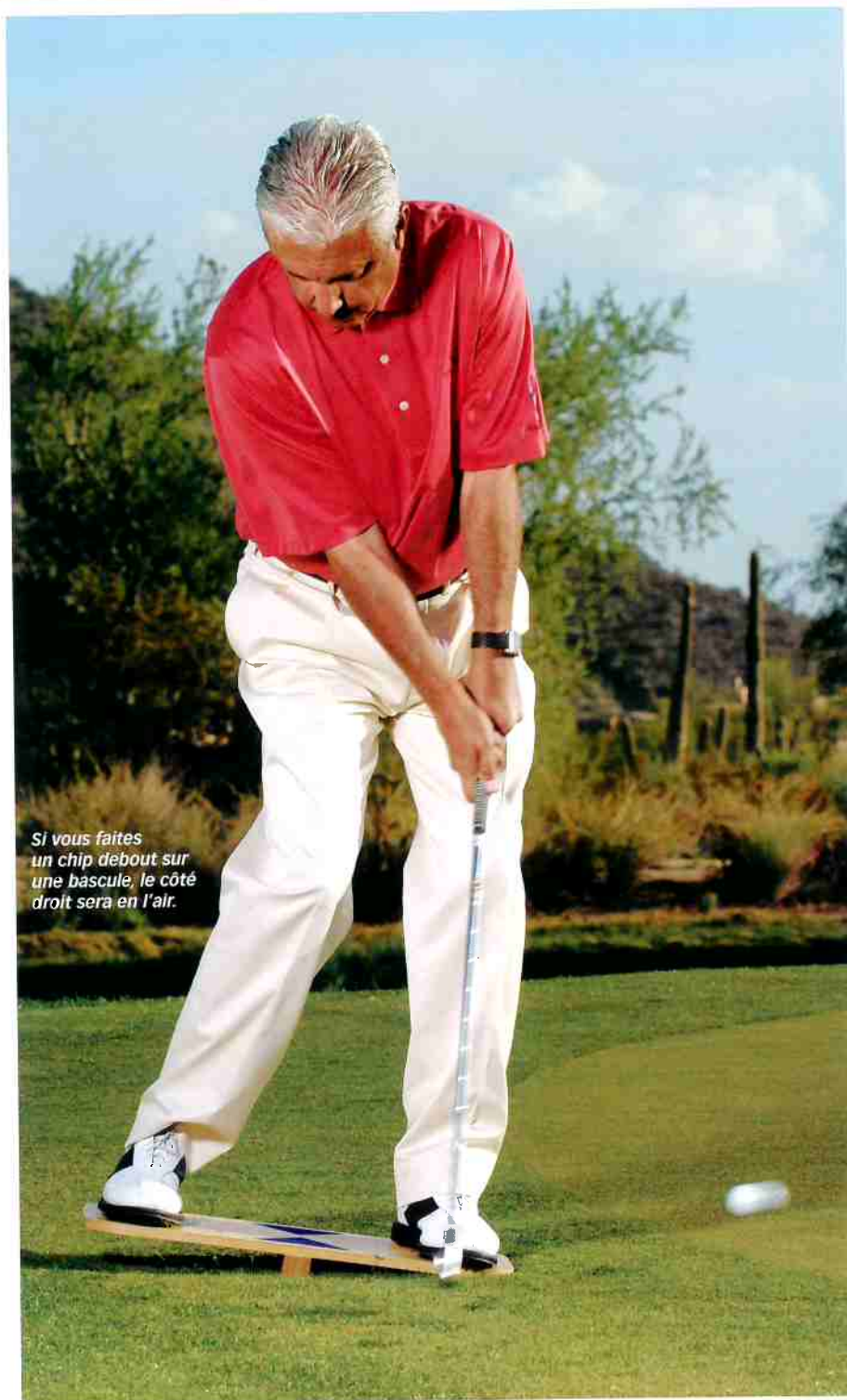


Se contenter de déplacer les hanches vers la gauche ne transférera pas le poids à gauche.

BON !



Faites des chips avec une bouteille sous le pied gauche pour vous rappeler de transférer le poids en avant et de l'y laisser.



Si vous faites un chip debout sur une bascule, le côté droit sera en l'air.



**EXERCICE**

# Prendre chaque chip proprement

Apprenez à jouer les petits coups à la perfection

**Défaut**

Vous essayez de faire décoller la balle et finissez en l'envoyant filer de l'autre côté du green. Les bons chips se font en tapant verticalement derrière la balle, et non pas en essayant de la soulever.

**Solution**

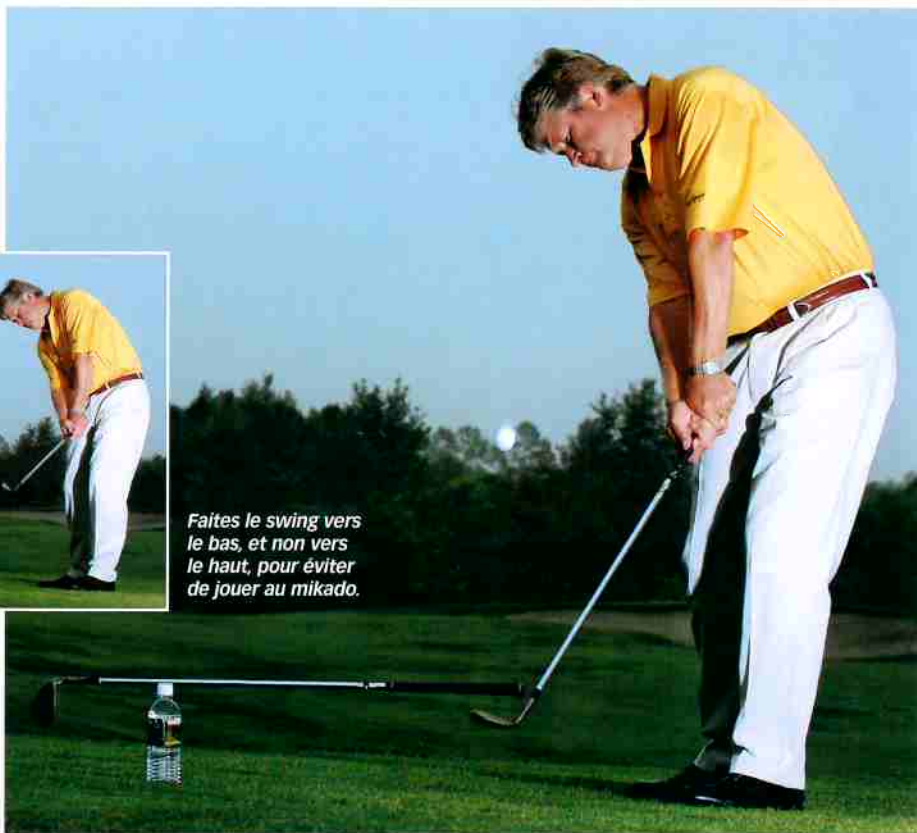
Voici un exercice qui vous fera réussir des chips de rêve... sauf si vous préférez celles au maïs.

Mettez un club en équilibre sur le goulot d'une bouteille d'eau (plus facile qu'il n'y paraît) et placez la balle 30 centimètres derrière le centre du grip. Faites votre chip, sans faire tomber le manche (*photo de droite*). Vous devrez descendre sur la balle et garder la tête de club à ras du sol après l'impact. Si vous essayez de prendre la balle à la cuiller ou de laisser le club passer vos mains (*photo ci-dessus*), vous enverrez voler le club et la bouteille.

**Glenn Deck**



*Faites le swing vers le bas, et non vers le haut, pour éviter de jouer au mikado.*

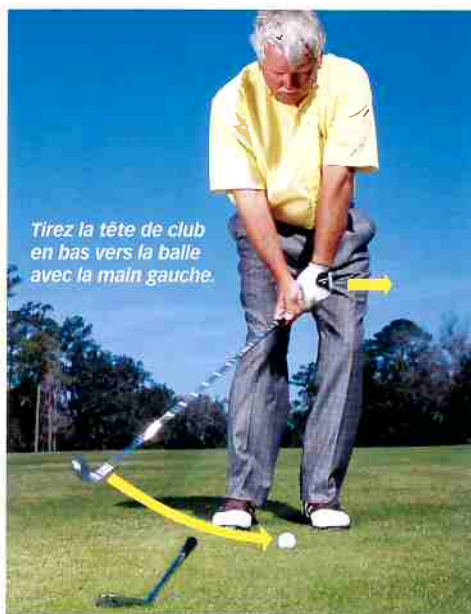


**EXERCICE**

# Taper un chip sans stress

Soyez agressif sans taper trop fort

La prochaine fois que vous aurez à faire un chip, pensez à Court, Agressif et Bas et bannissez Long, Passif et Haut. Sinon, vous allez Rater, Toper ou Labourer. Voici comment mettre en place ces trois qualités d'un bon chip en 10 minutes.



*Tirez la tête de club en bas vers la balle avec la main gauche.*

**Étape 1**

Prenez votre pitching wedge ou fer 9. Placez-vous avec un stance étroit et la balle au milieu des chevilles. Posez un deuxième club sur le sol à 2,5 centimètres à l'extérieur du pied droit comme sur la photo. L'idée est de passer au-dessus de ce club à la montée et dans la descente.

**Étape 2**

Montez le club jusqu'à ce que les mains soient à hauteur de votre poche droite. Avec plus de hauteur, vous décélérerez dans la descente pour compenser.

**Étape 3**

Tirez agressivement le club vers le bas jusqu'à l'impact avec la main gauche. Si vous sentez bien la fermeté des poignets et des mains, c'est que vous n'avez pas essayé de prendre la balle à la cuiller. Faites une courte traversée et vous verrez la balle aller vers le trou.

**John Elliott**



*Sentez la fermeté du poignet gauche à l'impact.*



# PITCHEZ COMME UN PRO

Vous tapez plus de coups de 18 à 45 mètres que vous ne le pensez.  
Voici comment les envoyer avec précision.

LEÇON

## Comment pitcher près

Tapez les mains basses et vers l'intérieur pour frapper vos wedges avec une précision laser

### La situation

Vous devez faire un pitch de longueur moyenne, à 45 mètres, avec une position de balle difficile sur un fairway un peu descendant.

### L'erreur habituelle

Donner un coup de tête de club en dessous de la balle pour créer plus d'ouverture. Résultat : un coup rasant, topé ou labouré.

*Gardez les mains collées au corps pendant l'impact.*



**L'AVIS DES PROS**

**5 clés pour mieux pitcher**

- 1** Rétrécissez le stance que vous feriez normalement avec votre fer, afin d'écartier les pieds un peu moins que votre largeur d'épaules.
- 2** Placez la balle au centre de votre stance. Avancez-la légèrement pour un coup plus haut avec une chute amortie et reculez-la pour un coup plus bas.
- 3** Laissez la longueur du coup déterminer la longueur de votre swing. Plus le coup est long, plus les bras doivent monter et traverser.
- 4** Cherchez à traverser l'intérieur de la balle, et non à la frapper. Une approche intérieure gardera votre paume droite orientée à droite, ce qui donnera plus d'ouverture.
- 5** Ne limitez pas votre traversée. La longueur de votre swing n'est pas aussi importante que sa vitesse. Laissez votre finish être dicté par la vitesse d'accélération : plus rapide est le swing, plus long est le finish.

**Rick McCord**

**Comment apprendre la technique**

Comme vous l'avez lu, vous devez diriger avec le grip du club, et non avec sa tête. Plus important encore, gardez la tête de club basse et près du corps lorsque vous pivotez (*ci-dessous à gauche*). Plus votre grip est près du corps, plus il vous sera facile de maintenir l'angle de vos poignets pendant l'impact.

La clé pour éviter un flip est d'utiliser le grip au lieu de la tête de club. En tirant le grip à l'intérieur et vers votre gauche, vous tournerez le club pour mettre sa face bien droite et laisserez tomber la tête de club sur la balle. Tournez le corps, et non les mains, et laissez la balle se trouver simplement sur le chemin de votre rotation.



**EXERCICE**

**Articulations vers le sol**

Pendant la traversée, vous devez avoir la sensation que vous essayez de râper les articulations de vos doigts sur le sol. Vous abaissez le manche et ramenez vos mains à l'intérieur, ce qui vous empêchera presque de prendre la balle à la cuiller. Tapez des demi-coups, en commençant avec les mains à hauteur de cuisse. Pensez à maintenir la relation entre les mains et la tête de club pendant la rotation avant, en laissant les mains près du sol. Tirez, et vous taperez la balle parfaitement.

**Rick McCord**



**Rick McCord**

## LEÇON

# Pitchez haut ou bas

Trois coups parcourant la même distance mais avec des trajectoires différentes

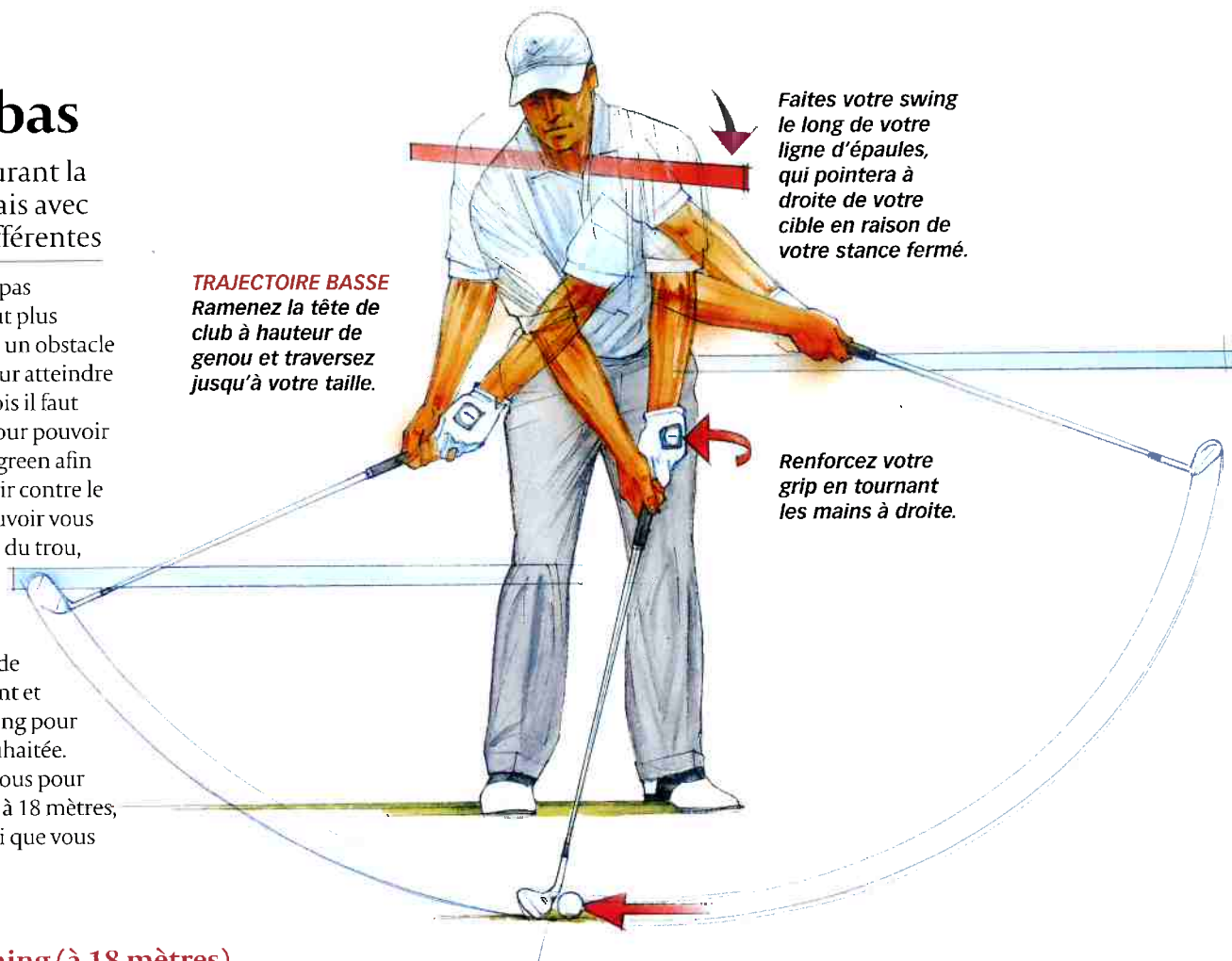
Tous les pitches ne sont pas identiques. Parfois, il faut plus d'ouverture pour passer un obstacle ou faire voler la balle pour atteindre un green surélevé; parfois il faut taper la balle plus bas pour pouvoir se servir du contour du green afin que la balle aille se blottir contre le drapeau. Donc pour pouvoir vous rapprocher au plus près du trou, quel que soit le pitch à jouer, vous devez savoir modifier la trajectoire de la balle. Il vous suffit de modifier votre placement et la longueur de votre swing pour atteindre la hauteur souhaitée. Suivez le tableau ci-dessous pour ne jamais rater un coup à 18 mètres, et être au plus près, quoi que vous réserve le parcours.

**Bill Moretti**

**TRAJECTOIRE BASSE**  
Ramenez la tête de club à hauteur de genou et traversez jusqu'à votre taille.

Faites votre swing le long de votre ligne d'épaules, qui pointera à droite de votre cible en raison de votre stance fermé.

Renforcez votre grip en tournant les mains à droite.



## Réglages du pitching (à 18 mètres)

	Coup bas	Coup moyen	Coup haut
<b>Grip</b>	Plus solide (mains tournées à droite)	Normal	Faible (mains tournées à gauche)
<b>Stance</b>	Épaules fermées; balle en arrière du centre	Épaules bien droites; balle au milieu du stance	Épaules ouvertes; balle en avant du centre
<b>Inclinaison du manche</b>	Extrémité du club au milieu de la cuisse gauche; mains 10 à 15 cm devant la balle	Extrémité du club au milieu de la cuisse gauche; mains un peu devant la balle	Extrémité du club au nombril; mains 2 à 7 cm derrière la balle
<b>Swing</b>	Du genou à la taille	De la taille à la taille	De la poitrine à la taille
<b>Chemin de swing</b>	Le long de la ligne d'épaules (stance fermé, donc à droite de la cible)	Le long de la ligne d'épaules	Le long de la ligne d'épaules (stance fermé, donc à gauche de la cible)

Placez le bord d'attaque de votre wedge juste en dessous de l'équateur de la balle pour pouvoir attraper la balle proprement.





**EXERCICE**

## Devenir l'As du pitch

Frappez avec le corps, et non avec les mains

### Le problème

La plupart des mauvais coups de pitch proviennent de mains et de poignets hyperactifs, alors, calmez-les et tapez la balle avec le corps. Apprenez à tourner tout le haut et le bas du corps durant le coup pour trouver un angle de décollage régulier, et gagner en distance.

### La solution

Plantez une aiguille d'au moins 60 centimètres dans le trou, à l'extrémité de votre grip, et inclinez le manche en avant à l'adresse pour que l'aiguille soit à gauche de la hanche avant. Puis, pitchez la balle en tirant le club dans l'impact avec la rotation du corps, et non par un coup de poignets.

**Anne Cain**

**PETIT TRUC**  
Pour un pitch sans à-coups, utilisez un grip faible, avec les V formés par le pouce et l'index pointés vers le menton.



**NON!**  
Ne cessez pas de tourner et arrêtez de jouer des mains.

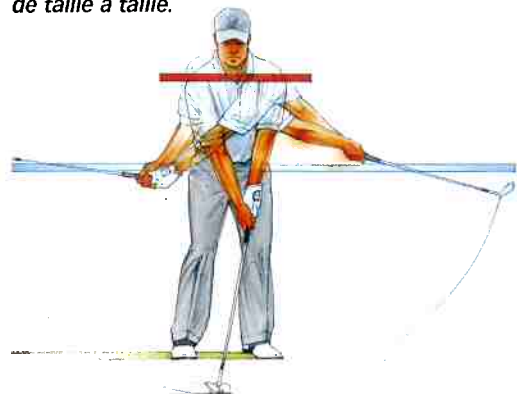
**OUI!**  
Gardez les mains passives; tirez-les dans l'impact par la rotation du corps.

**VOUS FAITES MAL SI...**  
L'aiguille embrasse votre torse pendant la remontée.

**VOUS FAITES BIEN SI...**  
L'aiguille reste à gauche de votre corps pendant tout le mouvement et si vous tapez la balle proprement.

**TRAJECTOIRE MOYENNE**

Épaules droites, mains légèrement en avant, swing de taille à taille.



**TRAJECTOIRE HAUTE**

Grip desserré, épaules ouvertes, swing de poitrine à taille.



**EXERCICE**

## Attrapez-la!

Pour ne plus voir filer vos chips

Tenez-vous plus droit pour adresser la balle et alignez le bord d'attaque du club juste sous l'équateur de la balle. Sur le mouvement avant, restez décontracté et laissez les bras s'allonger. Votre club doit être en bas de son arc devant la balle. Cette posture de « sous-attaque » laisse plus de marge à l'erreur pour créer un contact net.

**Tim Mahoney**

LEÇON

## Amortissez vos pitches

Comment taper plus haut et atterrir plus en douceur

### La situation

Pour taper un pitch difficile avec un obstacle avant le drapeau, vous avez besoin d'ouverture et d'un contrôle précis de la distance pour pouvoir faire monter et redescendre la balle.

### Le jeu standard

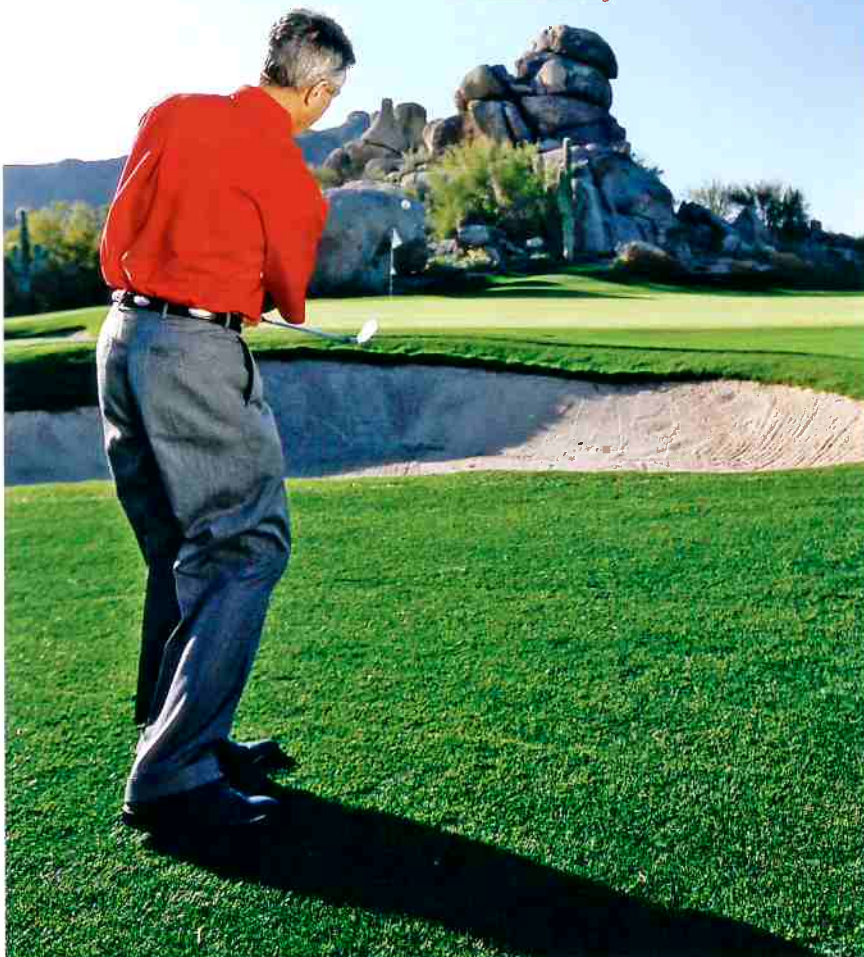
Vous faites un lob très haut avec un wedge à 60 degrés ou un pitch plus bas avec beaucoup d'effet pour que

la balle s'arrête après un simple rebond. Mais le lob est risqué et la plupart des joueurs amateurs ne peuvent pas générer l'effet pour arrêter pile la balle.

### Une meilleure option

Le pitch super doux - un coup simple qui donne plus d'ouverture à votre mouvement. Vous ferez un coup haut, s'arrêtant presque net à l'atterrissage, sans avoir à faire un lob parfait.

**Donald Crawley**

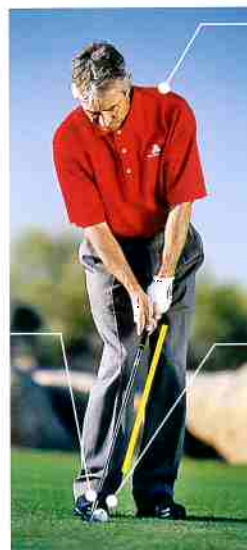


## Comment jouer le pitch super doux

Le secret pour réussir un pitch super doux est de prérégler le corps pour qu'il soit à l'adresse dans une position d'impact correcte. Cela vous aide à frapper la balle avec la juste dose d'ouverture. Auparavant, vous faisiez des pitches soit trop bas, soit trop haut, car votre mauvaise position à l'impact ajoutait ou retirait de l'ouverture à votre face de club.

### Position

Posez la semelle de votre wedge, de 56 ou 60 degrés, sur l'herbe avec la face bien droite pointant directement la cible. (Il n'est pas nécessaire de l'ouvrir, cela ne crée que du rebond supplémentaire et augmente le risque de la toper.)



#### ÉPAULES

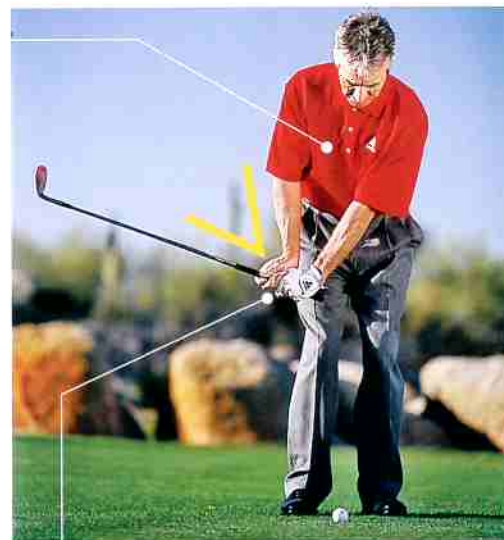
Veillez à ce que les épaules soient à même hauteur et que les bras tombent tout droit. Relâchez la pression dans le grip - le pitch super doux demande de la souplesse des mains.

#### POSITION DE LA BALLE

Décentrez légèrement la balle en arrière et penchez le manche en avant (ne fermez pas la face de club). Votre grip doit être aligné avec votre sternum environ 2 cm devant la balle, le poids reposant sur le pied avant.

### Swing

Montez le club en tournant les bras et la poitrine à l'opposé de la balle avec une faible pression des mains et un armement immobile des poignets. Votre chemin de swing doit être vraiment droit, avec une légère rotation pour que la tête de club pointe droit en l'air, une fois que vos mains sont à hauteur de genou.



#### DESCENTE

Arrêtez votre montée dès que les mains ont passé le genou droit. En descente, pivotez vers la cible et désarmez les poignets pour retourner la tête de club, le manche et le poids là où ils étaient à l'adresse. Si le mouvement est fait correctement, votre club doit descendre sous la balle avec l'ouverture correcte.



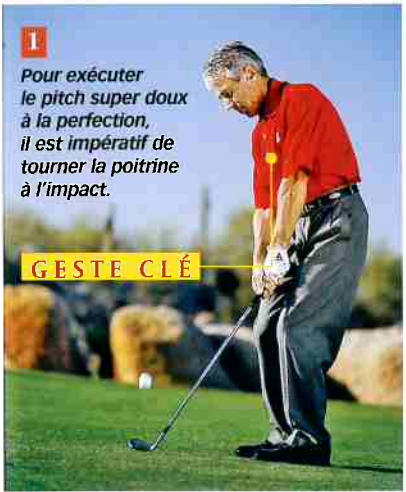
LEÇON

# Comment faire accrocher vos pitches

Accélérez puis arrêtez pour vérifier

Si vos pitches volent droit, mais atterrissent sur l'herbe sans effet et dépassent le trou en roulant, servez-vous de ces astuces pour arrêter vos pitches sur votre cible et leur faire empoigner l'herbe fermement.

**PETIT TRUC**  
Plus vous accélérez et arrêtez rapidement, plus la balle roule sur la face et s'accroche aux rainures. Ce qui ajoute de l'effet.

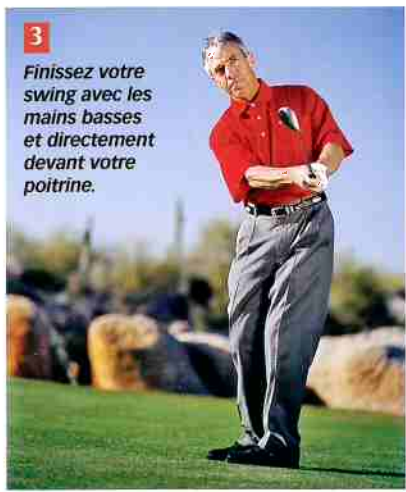


**1**  
Pour exécuter le pitch super doux à la perfection, il est impératif de tourner la poitrine à l'impact.

**GESTE CLÉ**



**2**  
Il faut que tout tourne ensemble, sinon vous ne serez pas correct à l'impact.



**3**  
Finissez votre swing avec les mains basses et directement devant votre poitrine.



**Étape 1**

En montée, pointez les pouces au ciel et l'extrémité du grip au sol.

**Étape 2**

Descendez brusquement sur la balle pour la faire rouler en haut de la face de club.

**Étape 3**

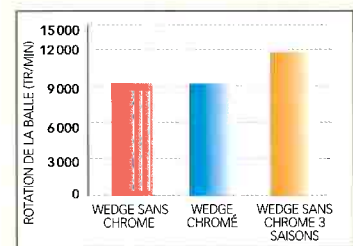
Une fois l'impact senti, arrêtez les mains brusquement à hauteur de taille, et gardez-les, ainsi que le club, en bas.

CONTRÔLEZ

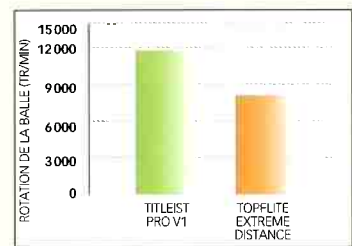
## Rotation en extra

L'équipement pour des checkups faciles

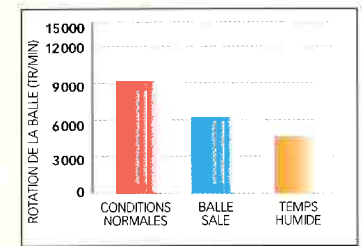
3 tests réalisés par Golf Laboratories montrent qu'un wedge rouillé et une balle à super effet, propre, peuvent vous donner des milliers de rotations de balle en plus ([www.golflabs.com](http://www.golflabs.com)).



**L'AFFAIRE DES « SANS CHROME »**  
Les sand-wedges de 56 degrés neufs, chromés et sans chrome, donnent les mêmes résultats. Utilisé pendant trois saisons, le wedge sans chrome fait exploser les vitesses de rotation.



**LES BALLE MAGIQUES**  
Tapés avec le même wedge, une vraie balle à super effet (comme la Titleist Pro V1) et un modèle spécial distance (comme la Top-Flite Extreme Distance) tournent-elles pareil ?



**NETTOYEZ VOS BALLE**  
La boue sur la balle réduit de 33 % la rotation et l'eau (simulée par l'immersion du club et de la balle) la diminue de 49 %. Donc, mieux vaut toujours jouer avec une balle impeccable !

# COMMENT LOBER

Parfois, il vous faut passer un obstacle en faisant voler la balle jusqu'au drapeau. Suivez nos conseils et vous passerez maître dans l'art du coup flopé.

Passez les mains en basculant le club pour lobber la balle depuis le rough.



## LEÇON

### Lobber du rough grâce au poignet

Sur ce coup, vous pouvez lâcher plus tôt

#### L'erreur à commettre

Sur la plupart des coups, jouer du poignet à l'impact peut mener à la catastrophe. Mais, pour arriver à taper une balle haute et amortie, un coup de poignet peut être utile.

#### Comment la commettre

Placez-vous avec un stance légèrement ouvert et jouez la balle un peu décentrée en arrière. Faites votre swing de pitch normalement, mais au moment de la descente, ralentissez les bras et les hanches (ce que vous faites si vous ratez souvent vos pitches), et cassez rapidement les poignets à l'impact. Ne laissez pas les bras passer le corps. Au finish, la main droite doit cacher la gauche. Si cela va à l'encontre de tout ce qui est conseillé pour le petit jeu, c'est pourtant exactement ce qu'il faut faire en pareil cas.

#### Pourquoi ça marche

Passer les mains en faisant basculer le club augmente l'ouverture effective de la face de club. Vous gagnez ainsi une hauteur que vous n'auriez jamais atteinte en suivant le conseil habituel de garder les mains devant le club à l'impact. De plus, la décélération étant courante sur les swings courts, vous n'aurez même pas à vous entraîner à ce coup. La technique fonctionne avec tout wedge, mais pour taper la balle bien en hauteur et la faire atterrir en douceur, utilisez un lob wedge.

#### Ne l'essayez pas lorsque...

La position de balle est difficile. Ce coup demande un tempo parfait et une balle qui repose bien haut sur l'herbe d'un rough à côté du green.

**Eden Foster**



**CONTRÔLEZ**

# Restez baissé pour envoyer bien en l'air

Ne quittez pas des yeux l'endroit de l'impact après le départ de la balle



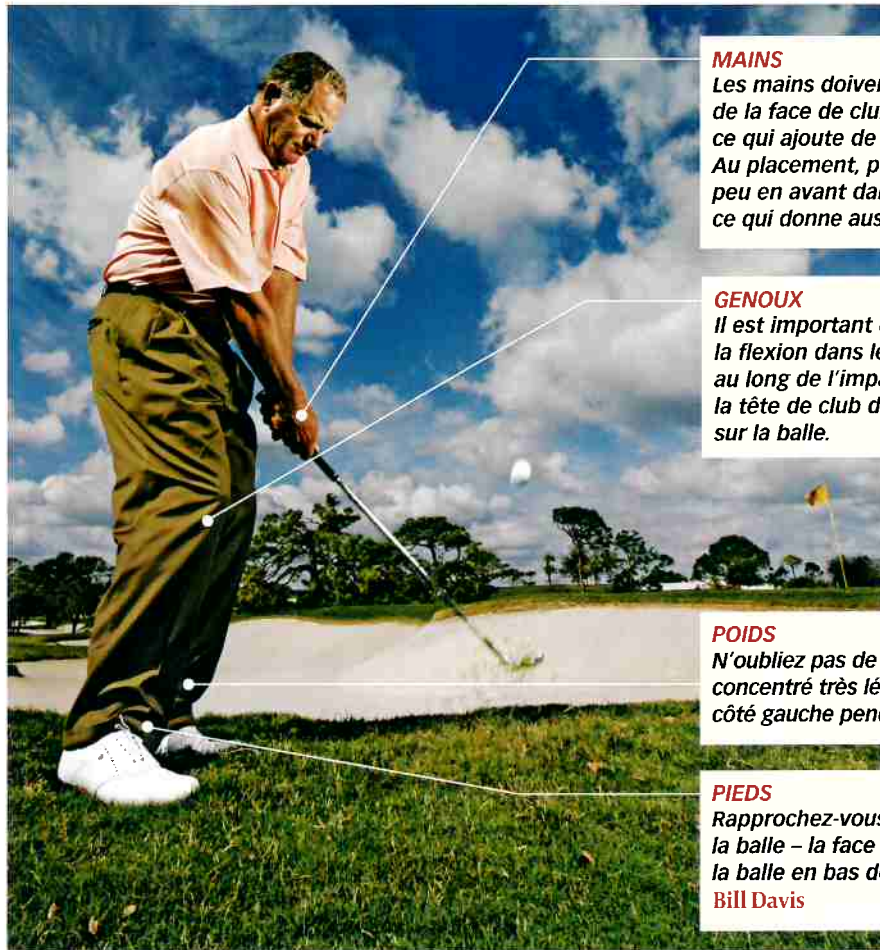
**1**  
Avec votre wedge le plus ouvert, montez le club normalement en armant complètement les poignets.



**2**  
À l'approche de l'impact, freinez les bras et accélérez avec les poignets.



**3**  
Servez-vous de vos poignets pour basculer la tête de club sous la balle et passer les mains.



**MAINS**

Les mains doivent être à hauteur de la face de club à l'impact, ce qui ajoute de l'ouverture. Au placement, posez la balle un peu en avant dans votre stance, ce qui donne aussi de l'ouverture.

**GENOUX**

Il est important de maintenir la flexion dans les genoux tout au long de l'impact afin que la tête de club descende bien sur la balle.

**POIDS**

N'oubliez pas de garder le poids concentré très légèrement sur le côté gauche pendant votre swing.

**PIEDS**

Rapprochez-vous de 2 à 3 cm de la balle – la face de club est sous la balle en bas de votre swing.

**Bill Davis**

**LEÇON**

## Visez la rainure 4

Pour lober en position de balle difficile

Imaginez que le contact de la balle se fait entre les troisième et cinquième rainures en partant de la semelle du club. Cela vous encouragera à taper vers le bas avec le manche penché en avant à l'impact. Vos poignets ne se casseront pas, et la balle grimpera sur la face pour prendre son envol.

**Charlie King**



Tapez verticalement sur la balle, en la touchant sur sa quatrième rainure afin qu'elle roule ensuite jusqu'en haut de la face.