

 **GOLF  
PERFORMANCE  
CENTER**



**EXPERT TRAINING**  
..... *for* .....  
**EXPERT PERFORMANCE**

Unser Erfolgskonzept ist es, jedem Spieler eine klare und eindeutige Erklärung der Bewegungen zu geben. Die Defizite werden erkannt, präzise Ziele zur Verbesserung gefunden und in einem Trainingsplan festgelegt. Das Verständnis der richtigen Bewegung führt zu Selbstkontrolle, effizienterem Üben und schneller Verbesserung. Mit logischem, gezieltem Training kann der Spieler einfach und erfolgreich seine Ziele erreichen.



## BRADLEY THOMPSON

Bradley Thompson verfügt über einen extrem großen Erfahrungsschatz in allen Facetten des Golfsports. Als ehemaliger Tourprofessional sammelte der gebürtige Australier viele wichtige Eindrücke und Erkenntnisse bei Profi-Turnieren in Australien, Neuseeland, Europa und Asien.

Im Jahr 2004 wurde ihm der Titel des Master Golf Professional verliehen. Bradley Thompson ist damit einer von wenigen Golf Professionals, die diesen Titel erlangen konnten. Bradley hält den höchsten Graduierungs-Standard (G1) der PGA of Germany, die A-Trainer- und Präventionstrainer-Lizenz des DGV und ist ein TPI certified Golf & Fitness Instructor.

Das Golf-Journal wählte ihn im Jahr 2008 unter die besten 50 Golf

„Golf ist eine komplexe Sportart, aber Golf lernen muss nicht komplex sein. Egal ob beim Volleschwung, Kurzspiel oder Putten, eine richtige Analyse ist der erste Schritt zur Verbesserung.“

Bradley Thompson



## INNS' BRUCK OLYMPIA WORLD

### GOLF PERFORMANCE CENTER Innsbruck

Das Golf Performance Center Innsbruck ist eine hoch professionelle Indoor Trainings-Arena für jeden Golfer, jedes Spielniveau.

Das Center nutzt die modernsten Trainingsgeräte, wie SamPuttLab, Scope Video System und insbesondere den bekannten und berühmten „Trackman“, welcher mittlerweile der oberste

Standard für alle Spitzensportler und Spitzentrainer ist. Mit dieser technischen Ausstattung hilft Ihnen das Golf Performance Center, Ihre Fähigkeiten zu verbessern und Spaß am Golfsport zu finden.



### GOLF PERFORMANCE CENTER Rinn

In einzigartiger Lage auf einer Sonnenterrasse unweit der Landeshauptstadt Innsbruck bieten wir Ihnen auf unseren zwei Golfplätzen Erholung, Genuss, Entspannung, Sport und ein unvergessliches Naturerlebnis.

Neun Loch bzw. 18 Löcher in Rinn umgeben von imposanter Natur und einem einzigartigen Panorama – der Golfclub Innsbruck-Igls mit der besonderen Note.

Von den ersten Abschlagübungen auf der Drivingrange über den Platzreifekurs bis zu Spezialkursen für Fortgeschrittene werden Sie von kompetenten Golf Professionals bei uns betreut.

## EXPERT TRAINING FOR EXPERT PERFORMANCE

Die Frage ist, was wünscht sich ein jeder Golfspieler? – Die Antwort ist simpel, den Ball besser zu treffen! Deshalb ist dies auch unser Hauptunterrichts-Konzept; wir möchten dem Schüler beibringen, den Ball nach jeder Unterrichtseinheit ein wenig besser zu treffen, um ihm so ein besseres Golfspiel zu ermöglichen.

Denn gute Scores machen Spaß!

Wir glauben an das Prinzip: „Wenn der Treffmoment verbessert wird, kann auch besseres Golf gespielt werden“. Der Treffmoment wird durch verschiedene Komponenten beeinflusst. So muss ein Golfspieler nicht nur an der Schwungtechnik arbeiten, sondern auch seine physischen und mentalen Fähigkeiten trainieren. In vielen Fällen kann ein technisches Problem auch durch Verbesserungen auf der körperlichen oder mentalen Ebene behoben werden.

Wir bieten alles an was man braucht, um besser Golf spielen zu können. Klassisches Einzeltraining, Gruppentraining mit dem „Trainings Club“ und wir berücksichtigen die körperlichen Fähigkeiten mit Performance Training.



„Wir denken zuviel über effektive Lehr-Methoden nach und nicht genug über effektive Lern-Methoden.“  
John Carolus S.J.

### EINZELSTUNDEN

Eine sorgfältige Spiel- und Schwunganalyse des Golfers ist der erste und wichtigste Schritt für einen effektiven und erfolgreichen Trainingsplan.

Das Einzeltraining bietet den effektivsten Weg, um spielerische Defizite zu erkennen und mit einem Trainingsplan erfolgreich zu beheben. Das Einzeltraining ist intensiv und informativ. In Zusammenarbeit mit dem Trainer kann ein Spieler alle Bereiche seines Golfspiels (Beispiel: Schwungtechnik, Platzstrategie oder körperliche und mentale Fähigkeiten) verbessern. Mit „Slow Motion“ Videos und Radar-Analyse kann jeder Spieler den exakten Soll-Zustand seines Spiels herausfinden und auf den richtigen Weg zu Verbesserung gebracht werden.



### THE TRAININGS CLUB

The Trainings Club bietet Unterricht in kleinen Gruppen, als sinnvolle Ergänzung zum Einzel-Training. Die Wochenkurse sind unter Verwendung der spezifischen Trainingsprinzipien (z.B. Technik und Situationstraining) aufgebaut. Alle Aspekte des Golfsports werden angesprochen: vollständige Schwungtechnik, kurzes Spiel (Chippen, Pitchen, Bunker und Putting), Course Management, Taktik und Strategie. Passend zu Ihren individuellen Trainingszielen, können Sie aus dem Kursangebot Ihr eigenes persönliches Kurspaket zusammenstellen. Ein praktischer Synergie-Effekt: Da zwischen den Unterrichtsstunden nicht so viel Zeit vergeht, erkenne ich als Trainer, ob wir uns für eine maximale Verbesserung in die richtige Richtung bewegen. So sind die Einzelstunden noch effektiver.

Meine Erfolgsmethode besteht aus fachlicher Höchstleistung und gezieltem Üben – 'The expert performance approach'. Dieses Thema wird seit Jahren erforscht, insbesondere von K. Anders Eriksson\*, einem weltweit führenden theoretischen und experimentellen Wissenschaftler. Mein Ziel war es, diese Konzepte unter anderen in meinem Trainingsprogramm zu integrieren. Damit wird allen Golfern (vom Anfänger bis zum Experten) ermöglicht, von diesen erstaunlichen Prinzipien zu profitieren. Der Kurs-Plan kann bequem im Internet angeschaut und Termine gebucht werden.

\* Co-Herausgeber von The Cambridge Handbook of Expertise und Expert Performance. Das Golf-Journal wählte ihn im Jahr 2008 unter die besten 50 Golf Professionals von Deutschland.

### PERFORMANCE TRAINING

Wir bieten allen Spielern einen ganzheitlichen Trainingsansatz, unter Berücksichtigung klassischer Schwunglehren und modernster biomechanischer Analysemethoden der Bewegungslehre, wie es bisher nur Tour-Professionals vorbehalten war.





### VIRTUELLES GOLF TOR ZU DEN BESTEN PLÄTZEN DER WELT

TrackMans eigene Simulator Golf Software bietet einige der prestigeträchtigen Plätze, einschließlich Innisbrook, Muirfield Village, Albany, PGA National, die vier legendären St Andrews Links Plätze und viele mehr. Wir fügen dieser umfangreichen Bibliothek ständig atemberaubende neue Golfplätze hinzu.

Die 3D-Grafiken der Kurse wurden auf der leistungsstärksten Gaming Plattform entwickelt, sind optisch atemberaubend und bieten ein hyperrealistisches Spielgefühl. Die „On Course“ Übungsfunktion ermöglicht es den Spielern, schwierige Schläge zu üben und sich mental auf das Wesentliche vorzubereiten. Die Spieler werden von den Plätzen, dem Grün und den simulierten Ballflügen begeistert sein. Ganz so also ob sie auf dem echten Golfplatz wären. Die Verbindung von Technologie der nächsten Generation mit unvergleichlicher visueller Darstellung und höchster Genauigkeit vermittelt ein komplett neues Spielgefühl.

Indoor und outdoor:  
Mit dem Golf-Performance-Center zu jeder Jahreszeit verbessern.

Trackman Simulator:  
So nah am echten  
Outdoor-Golferlebnis.

Was ist nun die Hauptvoraussetzung für ein besseres Golfspiel? Leider existiert noch kein ultimatives Heilmittel gegen Schwungfehler.

Die Art und Weise, wie wir unseren Schwung programmieren, muss einem logischen und leicht verständlichen System folgen. Die Hauptvoraussetzung ist, dass wir nicht nur verstehen, WAS wir üben müssen, sondern auch WIE wir es üben müssen.

## WARUM ES WICHTIG IST, RICHTIG ZU ÜBEN

### DELIBERATE PRACTICE: DIE KUNST, EFFEKTIV ZU LERNEN

Mozart gilt als der Prototyp des Wunderkindes, als der »geborene« Musiker – ein Ausnahmetalent. Ebenso Albert Einstein als Physiker und Lionel Messi als Fußballer.

Der Psychologe K. Anders Ericsson hält Talent dagegen für überschätzt. Und bei genauerem Hinsehen wird deutlich: Mozart, Einstein und Messi haben sich ihre Virtuosität hart erarbeitet. Herausragende Leistungen sind nicht angeboren.

Ericssons Aufsehen erregende Studien zeigen: Jeder kann Weltklasse sein, wenn er bereit ist, die Grenzen seiner Fähigkeiten beharrlich auszuweiten und bewusst zu lernen.

### TRACKMAN ÜBEN

Radartechnologie ist ein wesentlicher Bestandteil des heutigen Golf Unterrichts. Sowohl im technischen Unterricht, bei der Spiel-Analyse, als auch im Schlägerfitting. Das Golf Radar und die Software sind so entwickelt, dass sie von professionellen Trainern, Coaches, Spielern, aber auch von Anfängern genutzt werden können. In der Software bieten Spiele und andere Übungsapplikationen optimale Effizienz und Abwechslung während des Trainings.

Nutzen Sie die Daten und Videos aktueller Tour-Spieler in Verbindung mit dem höchstentwickeltesten Werkzeug um Ihr Potenzial zu entfalten. Sie haben ebenfalls Zugang zu TrackMan's exklusiven TOUR Statistiken der PGA und LPGA TOUR.

Das TrackMan Golf Radar hilft nicht nur diese entscheidenden Parameter – Ball Speed, Attack



Angle, Club Path, Face Angle, etc. zu messen, es filmt auch den Golfschwung mit Hilfe einer eingebauten HD Video Kamera und/oder mit externen Kameras.

## UNLEASH YOUR POTENTIAL



## EXPERT FITTING FOR EXPERT PERFORMANCE

Fälschlicherweise denken viele Golfer, sie seien nicht gut genug für eine Schlägeranpassung oder dass man erst ab einer gewissen Spielstärke von einem Fitting profitieren kann.

Es ist eine Tatsache, dass die Ausführung eines guten Golfschwungs erheblich erschwert und zum Teil gar nicht möglich ist, wenn Ihre Schläger nicht zu Ihren körperlichen Voraussetzungen passen. Mit ungeeigneten Schlägern müssen Sie kompensieren, um den Ball in Richtung Ziel zu manipulieren.

Markenhersteller wissen, dass viele Sport- und Freizeitgolfer gerne auf die Ausrüstungstrends bekannter Tour-Pros zurückgreifen. Von den Schlägern eines Tiger Woods oder Bernd Wiesberger können Sie natürlich nur profitieren, wenn Sie auch die körperlichen Voraussetzungen dieser Spieler haben.

Auch das weiß die Golf Industrie und baut ihre Schläger daher für die Bedürfnisse von „Herrn und Frau Durchschnittsgolfer“.

Jeder der von diesem „Industrie-Durchschnitt“ abweicht wird von einem Schläger-Fitting profitieren

## WAS IST CLUBFITTING?

Club Fitting ist ein Prozess, bei dem ein ausgebildeter Monteur (Fitter) einen Satz von Schlägern erstellt, der perfekt auf Ihren Schwung abgestimmt ist. Dazu wird jeder Aspekt der Schläger untersucht - von Kopf und Schaft bis zum Griff, den verschiedenen Winkeln und dem Gefühl.

## WARUM IST FITTING SO WICHTIG?

Club Fitting sind für jeden Golfer wichtig. Tatsächlich haben Spieler mit weniger Geschick ein größeres Problem damit, die Nachteile eines schlecht abgestimmten Schlägersets zu kompensieren. Daher ist es für den durchschnittlichen oder unerfahrenen Golfer genauso wichtig, individuell angepasste Schläger zu haben, wie für den professionellen Spieler.

## OPTIMALES MAKE-UP

Set Make-up bezieht sich auf die einzelnen Schläger, die Sie benötigen, um so gut wie möglich zu spielen, mit akzeptabler Konstanz und vorhersehbaren Ergebnissen. Eisen müssen nicht mehr als Set gekauft werden - Sie können nur diejenigen bestellen, die Ihren Anforderungen entsprechen.

Ein typisches Set-Make-up berücksichtigt zwei wichtige Dinge: das längste Eisen, das Sie erfolgreich treffen können, und wie viele Wedges Sie benötigen, um die Lücken Ihres kurzen Spiels zu füllen.

## FITTING

## WIE FUNKTIONIERT FITTING?

## INTERVIEWPROZESS

Wie spielen Sie mit Ihren aktuellen Schlägern? Schlagen Sie den Ball zu hoch oder zu niedrig? Wenn Sie den Ball nicht gut treffen, ist es wahrscheinlicher, dass er nach links oder nach rechts geht? Wie weit schlagen Sie den Ball?

## STATISCHE ANPASSUNG

Statische Messungen der Körpergröße, des Abstandes von Handgelenk zu Boden, der Handlänge und der Länge des längsten Fingers geben einen Anhaltspunkt über die benötigte Schlägerlänge, den Liegewinkel, den Schaft und den Griff Ihres Sets.

## DYNAMISCHE ANPASSUNG

Dynamische Tests mit Hilfe eines „Lie-Boards“ bestimmen die richtige Länge und den richtigen Liegewinkel des Schlägers, um Ihnen die größte Chance zu geben, den Ball gleichmäßig in der Mitte des Schlägers zu treffen. Die Ergebnisse des „Lie-Board-Tests“ und die Verwendung von TrackMan-Daten helfen dabei, die optimalen Parameter zu ermitteln, die Sie benötigen, um die gewünschte Richtung und Schussform zu erreichen.





## FINDE DEINE GOLF-DNA HERAUS

Golfpraxis und Spielerentwicklung befinden sich in einer Phase enormen Wandels. Technologie ist ein zentraler Bestandteil dieser Transformation. Die Kartierung von Swing-DNA ist jetzt möglich, ebenso wie die Quantifizierung und der Vergleich von Swing- und Real Feeling.

Mit einem Trackman-Training können Sie Ihre eigene Swing-DNA abbilden lassen.

Der TrackMan ist ein Messgerät mit Radar, welches bei vielen Profis zur Standardausstattung gehört. Die Spieler vermessen damit ihre Schlaglängen und analysieren Abflugwinkel sowie Spin-Raten.

## MIT DEM TRACKMAN KÖNNEN U.A. FOLGENDE DATEN ABGEBILDET WERDEN:

### Bewegung des Schlägers:

- Schlägerkopfgeschwindigkeit
- Winkel der Schlagfläche zum Ziel
- Schwungbahn im Verhältnis zum Ziel
- Wie bewegt sich der Ball kurz vor und nach dem Treffen

### Impact/Treffmoment:

- Wie schnell wird der Ball (Speed)
- Kraftübertragung (Smash)
- In welchem Winkel startet der Ball (Launch)
- Wie viel Spin hat der Ball (Spin)
- Nach dem Schlag:
  - Carry- und Totallänge
  - Flughöhe
  - Seitliche Abweichung der Schläge



**INNS'  
BRUCK**  
OLYMPIA  
WORLD



## WIR GEHEN DEN WEG ZUM ERFOLG GEMEINSAM.

### GOLF CLUB INNSBRUCK-IGLS

Einer der ältesten und renommiertesten Golfclubs in Österreich – nur wenige Kilometer von der Tiroler Hauptstadt Innsbruck entfernt, mit 9 Löchern in Lans und 18 Löchern in Rinn. Umgeben von imposanter Natur und einem einzigartigen Panorama bietet der Golfclub Innsbruck-Igls ein besonderes Erlebnis.

### OLYMPIA WORLD

Die Olympiaworld Innsbruck steht für einzigartige Top-Locations im Herz der Alpen: Die Olympiahalle, die TIWAG Arena, das Tivoli Stadion Tirol, das Landessportzentrum Tirol, die Skatehalle sowie der Olympia Eiskanal werden unter der Dachmarke seit März 2004 einheitlich betrieben und vermarktet. Mit der Bündelung modernster Anlagen und attraktiver Serviceleistungen bietet die Olympiaworld allen Eventorganisatoren, Sportveranstaltern, Unternehmen und Vereinen perfekte Rahmenbedingungen.

### CALLAWAY

Callaway ist einer der weltweit größten Hersteller von Golfausrüstung. Das Unternehmen aus den USA produziert neben Golfschlägern und Bällen auch Zubehör wie Taschen und vieles andere mehr, zudem ist mit Odyssey eine eigene Marke für Putter vorhanden.

### GOLF STORE

Ein sorgfältig ausgewähltes Sortiment. Einzigartiges Fachwissen. Wettbewerbsfähige Preise und beste Lage, direkt am Golfplatz. Golfstore ist eine von Europas größten Ladenketten im Bereich Golf und hilft Spielern seit 1973, sich zu entwickeln. Heute gibt es rund 300 Golfstore-Shops in sechs Ländern: Schweden, Dänemark, Norwegen, Deutschland, Österreich und in den Niederlanden.



## Erleben Sie mit Renault den perfekten Drive. Auf der Straße! Am Golfplatz!

Die neuen sportlichen Modelle von Renault.  
Pures Fahrvergnügen, Raumwunder, Elektrifizierend.



Erzählen  
Sie uns Ihren  
persönlichen  
#DrivingMoment  
bei einem  
Beratungsgespräch.



## Renault ARKANA

Das neue SUV-Coupe von Renault mit modernster E-Tech Hybrid-Technologie. Erhältlich ab April 2021.

**Werner Fink**  
Markenleiter Renault

KRAFTFAHRZEUGE  
**DOSENBERGER**  
GRUPPE  
[www.dosenberger.com](http://www.dosenberger.com)

Standort INNSBRUCK NEU-RUM  
Serlesstraße 1, Tel. 0512/261130-0  
[office@dosenberger.com](mailto:office@dosenberger.com)





**EXPERT TRAINING**

..... *for* .....

**EXPERT PERFORMANCE**



Bradley Thompson  
info@gpctirol.at

**IMPRESSUM**

Herausgeber: Bradley Thompson  
info@gpctirol.at  
Druck: www.studia.at  
Grafik: www.lischaschamschula.com

