

TRAIN NIET VAAG

Ieder uur moet definitieve resultaten geven

Miss Enid Wilson, de bekende Engelsche golfspeelster en winnares van talrijke kampioenschappen, wijdt in „Golf Monthly“ een interessante bijdrage aan oefening, welke volgens haar gelijktstaat met „boetedoening“, ingeval wij gedwongen worden om te oefenen in iets waar wij het land aan hebben. Aan den anderen kant zijn wij in staat ons urenlang te oefenen in zaken die ons interesseeren, zonder eenige vermoeidheid of verveling te gevoelen. In dit laatste geval wordt minder „bewuste“ inspanning van ons geëischt. Omdat we er verdiept en geïnteresseerd in zijn, gaat de tijd prettig en rustig voorbij.

De onderwerpen waarop wij ons kunnen concentreren, hangen voor een groot deel af van ons temperament en onze omgeving. Gelukkig zijn we niet allen gelijk geschapen, zoodat we uiteenzettingen moeten maken voor verschil in temperament, alvorens menschen te veroordeelen die er een wijze van werken en ideeën op nahouden, welke niet in overeenstemming zijn met die van ons zelf.

Wat nu het oefenen bij golf betreft, het meerendeel der spelers verafschuwt het idee alleen al. Hun opvatting is: een maximum van genoegen uit hun golf te halen. Dit wordt natuurlijk verkregen door wedstrijden met vrienden. Deze menschen laten we echter buiten beschouwing — ze zullen dit artikel waarschijnlijk ook wel overslaan, zoodra ze zien waar het over gaat — en wenden ons tot de enkelingen, die zich van tijd tot tijd heimelijk naar een afgezonderd hoekje van de baan begeven, gewapend met een aantal clubs en een dozijn of wat ballen in hun zakken verborgen.

Oefening wordt meestal gekenmerkt door een atmosfeer van vaagheid. Zeker, het idee is om den bal behoorlijk te leeren slaan en een goede swing te ontwikkelen, doch niemand weet precies hoe de zaak aan te pakken. Er heerscht een kinderlijke opvatting in golf, dat vorderingen in het spel slechts worden verkregen door het vereischte aantal slagen uit te voeren, waarbij het er niet op aan zou komen hoe, wanneer of waar dit geschiedt.

Een uurtje oefening moet echter definitieve resultaten opleveren. Indien zulks niet het geval is, moeten we ons met de gedachte troosten, dat we er later de vruchten wel van zullen oogsten. Maar wat voor resultaten kunnen we verwachten, wanneer we niet een bepaald schot met een bepaald oogmerk beoefenen?

Wanneer verstandig en op de juiste manier wordt geoefend, zal een gunstig resultaat bijna altijd direct worden verkregen. Als we niet oppassen, verspillen we onzen tijd aan het ontwikkelen en doen vastwoorden van fouten en hoe meer we oefenen hoe erger het wordt.

Het voornaamste is te streven naar eenvoud van stijl — maak ieder schot eenvoudig en zeker. Hiervoor wordt een absolute controle over de club gedurende den geheelen dwang vereischt.

en driekwart schoten te spelen met iedere club uit onze tasch.

Een volmaakte „timing“ is zeer moeilijk te verkrijgen, in hoofdzaak doordat we het schier onmogelijk vinden een golfclub te zwaaien zonder dat elke spier verstijft op het moment dat we onze speelhouding aannemen.

Indien we slechts met één club oefenen, ondervinden we moeilijkheden, want een groot aantal iron-schoten zal ons verder van onze houten clubs afbrengen dan tennis of zwemmen. Het is derhalve zaak het oefenen met de irons en met de houten clubs oordeelkundig te verdeelen, terwijl eveneens een aantal schoten uit een minder prettige ligging, dus uit bunker en uit de rough ingelacht dienen te worden.

Het geeft geen doel met oefenen voort te gaan wanneer we ons verlegen gevoelen of wanneer onze concentratie

verslapt. Ons oefenvermogen hangt af van ervaring en weerstandsvermogen. Wanneer we pas beginnen te oefenen, bemerken we dat het vele slaan van den bal ons vermoeit. Onze handen worden pijnlijk en de polsgewrichten doen zich voelen. Na eenigen tijd beginnen we te wennen en op den duur is men in staat den geheelen dag ballen te slaan, zonder zich vermoeid te gevoelen.

Door aandacht te besteden aan ons korte spel, zullen we geen moeite hebben onze handicap te verlagen. „Run-up strots“ en putts zijn wel de meest loonende onderwerpen.

Het is onmogelijk een behoorlijke score te maken, wanneer men slecht op de greens is, doch we zijn maar al te geneigd ons van oefening op de greens af te wenden, omdat we er pijn in onzen rug van krijgen, terwijl bovendien de sensatie van het maken van een goede putt niet haalt bij het opgetogen gevoel, dat volgt op een buitengewoon gelukt tee-shot. Het valt echter niet te betwijfelen, dat rechte putts meer waard zijn dan rechte drives.

De gemiddelde golfer is meestal merkwaardig gedachteloos waar het oefenen betreft. De eenige goede methode van oefenen is die, waarbij een bepaald doel in het oog wordt gehouden.

Brief

van KWAK

aan KWIK



Zeer geachte
heer Kwik.

Toen ik u tot een babbelleenkomst in „de Vergulde Bierpul“ uitnodigde had ik niet gedacht dat een roodharige melkboer uit Mathbridge ons praatje, waarop ik me erg had verheugd, zou hebben kunnen verhinderen.

Voor uw ontstellende en psychologisch eenige argumenten die, tusschen twee haakjes, van bewonderenswaardige zelfkennis getuigen, moet ik echter wel zwichten zoodat wij onze vriendschapsbanden zullen moeten aanhalen per brief en uit de verte.

Waarde vriend Kwik, ik wil gaarne aan uw verzoek voldoen maar ik heb me door al die feestdagen, zoo weinig op de concentratie kunnen concentreren dat het me moeilijk valt u daarover nu eens alles haarfijn te vertellen. Bovendien heeft men er van alle kanten al behoorlijk den spot mee gedreven en dat vindt meneer Lotsy niet prettig, zooals hij in de krant schreef.

Mijn gebrek aan exacte kennis in dezen te verbergen achter gezochte grappjes of voor de hand liggende woordspelingen lijkt me heeltemaal niet juist en ik denk dat ook de redactie van de „Revue“ onze briefwisseling niet zal willen publiceren als blijkt dat wij schrijven over onderwerpen waar wij niet van op de hoogte zijn, net als de echte journalisten. Daarvoor heeft zij ons niet noodig.

Gelukkig is die concentratie weer eens een van die onderwerpen waar iedereen het over heeft, waar iedereen een aardig of nareigheidje over weet te zeggen, maar waarvan toch eigenlijk bijna niemand je op je vraag: „Vertel me maar eens kort en bondig wat het is“ je het rechte antwoord kan geven.

Trouwens dat het niet zoo gemakkelijk

te begrijpen is blijkt wel uit de lezing die meneer Lotsy alleen-voor-sport-journalisten heeft gehouden in het Carltonhotel. 1. Mijn vriend Bram, een groot sportiefhebber die in zijn keldertje op 't Rembrandtsplein in belegde broodjes en haringen-met-vijf-jaar-schriftelijke-garantie handelt en wiens uitspraken vrijwel precies weergeven wat er „leeft in de massa“ zei dat voetbalconcentratie wel zoo iets zou zijn als dat gedoe met die fleschjes bij de Zesdaagsche en dat meneer Lotsy nu wel na een dozijn overwinningen een lintje zal krijgen, of misschien wel 'n hoop geld. ... Geld ligt toch op straat, verzuchtte Bram er bij, eerst die jo-jo's en nou weer die konsentraasjes.

Ik weet niet of het u is opgevallen maar in de vorige „Revue“ stond een plaatje van de rugbywedstrijd Nederland—West Duitsland, die in Eindhoven door de onzen is verloren. Er zaten wel 7 spelers om 1 bal en het leek wel een soort spiritistisch experiment. Al volg ik vrij geregeld de voetbalwedstrijden en interesseer me voor sport in 't algemeen, daarvan begrijp ik toch niet veel.

Bovendien hoor je van rugby soms rare dingen en ook komen er van die vreemde woorden bij te pas die lang niet zoo gemakkelijk te begrijpen zijn als afseft, pinaltie, hens, frie-kek en zoo. Ook zag ik dat ze een verkeerde bal gebruikten of heeft zoo'n langwerpige vorm misschien een bedoeling.

Doet u me dus het plezier, beste vriend Kwik, eens iets over rugby te weten te komen.

Waarom zouden wij samen in de toekomst niet de rugbyconcentratie ter hand kunnen nemen en onsterfelijke roem oogsten. Prachtidee, nietwaar?

Tot de volgende keer dan met vriendelijke sportgroeten,

Kwak.