



**FAIRWAYKIDS**

DEIN #1 BLOG RUND UM'S JUGENDGOLF

## **Reflexionsbogen: 10 Fragen zu Deinem Golfspiel**

***Nimm Dir ca. 15 Minuten Zeit und beantworte die folgenden Fragen.***

***Ich wünsche Dir viel Spaß und vielleicht erlangst Du in dem einen oder anderen Punkt mehr Klarheit über Dein Golfspiel.***

***Ich empfehle Dir, die Fragen schriftlich zu beantworten. Du kannst den Bogen ausdrucken oder auf einem separaten Zettel die Antworten notieren.***

***Los geht's...***

**1. Das Ziel des Spiels ist es, mit so wenig Schlägen wie möglich den Ball ins Loch zu befördern. Aber was ist der Sinn des Spiels? Was ist der generelle Sinn von Spielen für Dich?**

**2. Warum und mit welcher Absicht möchtest Du das Spiel spielen?**

**3. Entspricht Dein Verhalten auf dem Platz und im Training dieser Absicht?**

**4. Entspricht Deine Absicht dem Sinn von Spielen, den Du oben definiert hast. Wenn nein, warum nicht?**

**5. Spielst Du Golf so wie Du es möchtest? Gibt es vielleicht Dinge, die Dich daran hindern?**

**6. Auf einer Skala von 1-10, wie wichtig sind folgende Dinge für Golf?**

- **Selbstvertrauen** \_\_\_\_
- **Konzentration** \_\_\_\_
- **Kreativität** \_\_\_\_
- **Körperliche Fitness** \_\_\_\_

**7. Wie viel Zeit verbringst Du damit, diese Dinge aktiv und bewusst zu trainieren?**

**8. Gäbe es gute Schläge, wenn es keine schlechten Schläge geben würde? Wofür gibt es schlechte Schläge?**

**9. Was denkst Du? Wie funktioniert Lernen in Bezug auf Golf? Welche Rolle haben Fehler?**

**10. Was bedeutet die 9. Frage für Dein nächstes Training oder Deine nächste Golfrunde?**

**Fasse Deine Erkenntnisse aus den 10 Fragen zusammen.**

**Möchtest Du etwas verändern? Wenn ja, wie möchtest Du das angehen?**

**Bei Fragen und Anregungen kannst Du mich sehr gern kontaktieren.**

**E-Mail: [info@bewusstes-golf.de](mailto:info@bewusstes-golf.de)**

**Ich wünsche Dir viel Spaß auf Deinen nächsten Golfrunden!**