

KURZANLEITUNG

SWING TRAINER „HOLE IN ONE“

Die Trainingshilfe „Swing Trainer“ ermöglicht Ihnen den eigenen Schwungrhythmus und den „Release“ der Handgelenke (= das „durch den Ball gehen“) zu trainieren. Bei korrekter Anwendung werden Sie feststellen, dass Ihr Schwungrhythmus konstanter wird, dass Sie ein sehr gutes Timing beim Release erreichen und deutlich länger schlagen werden.



01. EINSTELLUNG DER SCHLAGLÄNGE

Mit dem Drehknopf und dem weißen Strich am Schaftende stellen Sie die Schlaglänge, die Sie trainieren möchten, ein. Sie können diese von 24 m bis 260 m definieren. Wir empfehlen den Swing Trainer zum Aufwärmen zwischen 80 m bis 100 m einzustellen, was das Stretching und das Körperaufwärmtraining unterstützt. Nach dem Warmup können Sie für mehr Schlägerkopfgeschwindigkeit die Länge kontinuierlich steigern.

02. DAS TRAINING

Schlagen Sie mit der Trainingshilfe wie mit einem „normalen“ Schläger. Bei richtiger Ausführung sollte während des Schlags im Impact-Bereich ein „Klackgeräusch“ zu hören sein. Im Finish sollte ein erneutes „Klack“ ertönen. Für den optimalen Rhythmus trainieren Sie so lange bis beide Klacks zum richtigen Zeitpunkt auslösen.



03. TIPPS ZUR NUTZUNG

Das Gerät kann zum Aufwärmen vor der Runde verwendet werden, um in den Golfrhythmus zu gelangen. Auch zu Hause können Sie ohne Probleme Ihren Rhythmus trainieren. Achten Sie auf genügend Freiraum! Insbesondere auf Personen im Schwungbereich (Unfallgefahr!). Der Winkel der Schwungbahn sollte wie bei Ihrem normalen Eisenschlag sein: die kurzen Eisen steiler, die langen Hölzer flacher. Belassen Sie Ihren rechten Ellenbogen beim Aufschwung am Körper, um die optimale Schwungbahn zu erreichen. Hinweis: Es ist möglich, dass sich der Magnet im Kopffinnern verklemmt und das „Klackgeräusch“ deshalb nicht mehr ausgelöst wird. Schlagen Sie in einem solchen Fall den Swing Trainer mit dem Kopf nach unten einmal kräftig auf einen Teppich. Der Magnet sollte sich dann wieder lösen.

04. PROFITIPP

Schlagen Sie mit Ihrem Neunereisen einige Bälle auf der Range. Trainieren Sie danach einige Schläge mit dem Swing Trainer und in konstantem Rhythmus. Anschließend schlagen Sie erneut einige Bälle mit dem Neunereisen. Sie werden vom Resultat positiv überrascht sein!

05. UNFALLVERHÜTUNG

Bitte beachten Sie beim Zielen niemals in die Richtung von anderen Personen zu schwingen und halten Sie einen Sicherheitsabstand für Ihren Schwungradius ein. Die KRAMSKI PUTTER GmbH übernimmt keine Haftung bei unsachgemäßem Gebrauch des Swing Trainers und daraus resultierenden Unfällen. Bitte achten Sie auf Ihre eigene Sicherheit und die anderer Personen.

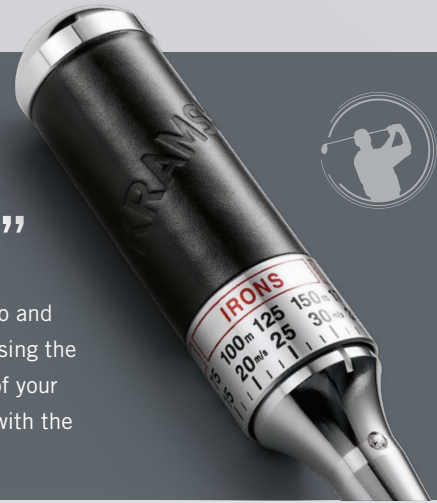
06. WEITERE INFORMATIONEN

Weitere Informationen zum Swing Trainer sowie ein Video zur optimalen Nutzung finden Sie auf unserer Website unter www.kramskiputtershop.de/accessories

INSTRUCTION MANUAL

SWING TRAINER "HOLE IN ONE"

The Hole in one swing trainer is the perfect aid to help you work on your swing tempo and executing the correct release of your wrist action at impact through the ball. When using the hole in one correctly, you will notice an immediate improvement in the consistency of your swing tempo and timing of your release at impact, resulting in much better contact with the ball and longer shots.



01. ADJUSTING THE SWING TRAINER

By rotating the head of the swing trainer according to the white line on the dial, it is possible to adjust for the length of shot you intend to practice. It is possible to set the dial from 24 m – 260 m shots. We recommend setting the swing trainer to 80 m or 100 m to warm up with (which would be ideal before teeing off on the golf course) and will help to stretch and avoid any unnecessary injuries. Once the body is warmed up, one can easily increase the length or shot required which will result in more club head speed.

02. TRAINING

Swing with the Hole in One as you would with a normal golf club. If the swing is done correctly, shortly after the impact position, there will be a very distinctive clicking sound. The same will be experienced at the finish of the swing. Keep repeating your swing until both click sounds occur in their respective positions, once this is achieved, you have found your rhythm and correct release.



03. TIPS

The Hole in One is perfect for warming up before a round of golf and also ideal to practice with in the comfort of your own home. Your swing path should resemble that of your normal irons, somewhat more upright with shorter irons and flatter with fairway woods and driver. Note: In the unlikely event of the magnet in the club head jamming, simply point the head of the club towards the ground, preferably over a carpeted area and gently knock the head 1 or 2 times on the ground. This will automatically release the magnet into its original position.

04. PRO'S TIP

Hit a few balls with your nine iron on the range, then get your swing trainer out and simply work on your tempo and release. In closing, get your nine iron again and continue to hit more balls, you will be pleasantly surprised with the results.

05. SAFETY

Always be sure not to swing in the direction that a person might be standing in front of you and be aware that there are no persons standing within range of your swing path when training with the swing trainer. KRAMSKI Putter GmbH will take no responsibility for accidents that might occur during training with the Hole in One. Please look out for the safety of those standing around you as we have recommended.

06. FURTHER INFORMATION

You will find further information and a video under www.kramskiputtershop.de/en/accessories

KRAMSKI Putter GmbH
Goethestraße 49
75217 Birkenfeld – Germany
T +49 7231 4245430
www.kramski-putter.com

KRAMSKI PUTTER