

Pourquoi était-il nécessaire d'écrire un tel ouvrage ?



Parce que je voulais écrire un livre qui vous concerne. Vous retrouverez donc toutes les trajectoires que vous produisez ou que vous produirez avec les explications et les solutions.

La plupart du temps les joueurs opèrent des changements techniques sans connaître la relation qui existe entre ces modifications et la conséquence sur la trajectoire de balle. Les ouvrages ou les revues vous proposent d'intervenir sur tel ou tel élément (le grip, le plan de swing, le transfert, etc..) mais vous ne pouvez pas savoir si ces éléments techniques s'appliquent à votre cas. C'est un peu comme si vous possédiez les morceaux d'un puzzle mais que vous n'aviez aucune méthode pour les assembler.

En partant de la conséquence : la trajectoire de balle, qui est la seule donnée objective sur laquelle vous pouvez vous appuyer, je vais pouvoir remonter à la source et vous expliquer comment fonctionne votre club (les lois mécaniques), puis émettre des hypothèses sur le fonctionnement de votre corps (les principes techniques). Il me restera à vous proposer des corrections.

Cette démarche est utilisée par de nombreux professionnels mais elle n'avait pas jusqu'ici été vulgarisée.

Vous allez donc trouver dans ce livre une maquette qui vous permet de passer facilement d'une trajectoire à une autre par le biais des onglets. Vous retrouverez dans les 9 premiers chapitres, 9 trajectoires différentes sur le plan de la direction, puis dans le chapitre 10, les balles courtes ou mal contactées :

- Le chapitre 1 est un chapitre de référence qui vous présente les points fondamentaux de l'organisation de départ en vous proposant repères et exercices.
- Les chapitres 2 et 3 sont doubles car ils vous permettent de contrer un slice ou un hook involontaire ou d'apprendre à maîtriser ces effets.
- Du chapitre 4 au chapitre 9, vous trouverez de nombreuses trajectoires dont le fameux pull slice.
- Enfin le chapitre 10 vous permettra de corriger les balles topées, les sockets, les chandelles ou tout simplement de gagner en distance.

Il est difficile de résumer tout ce que ce livre peut vous apporter, mais je crois que son originalité première est de vous permettre de prendre connaissance de votre famille d'appartenance et ensuite de balayer les causes de votre système de jeu.

Je terminerai en expliquant que, contrairement aux apparences, cet ouvrage est également destiné aux débutants puisque en dehors du chapitre 1, les professionnels se servent au quotidien des trajectoires, même mal contactées, pour guider la démarche de correction qui devient alors une démarche de construction du geste.

Enfin, ce livre a été conçu pour que vous soyez conforté dans vos choix, et que vous interveniez sur les bons éléments, mais n'abusez pas. Je considère en effet que l'organisation de départ peut supporter plusieurs modifications, mais dans la gestuelle, la mise en place d'une consigne unique est souvent suffisante.

L'auteur



Eric DOUENNELLE commence par suivre une maîtrise STAPS à l'Université scientifique d'Orsay avant d'intégrer l'école fédérale de Vichy pour passer son diplôme d'Etat d'enseignant de golf. Après avoir travaillé dans plusieurs clubs (dont le Golf National et le Golf de Dinard), il décide de créer une école de golf à Paris, au cœur du jardin d'acclimatation. Le ministère des sports l'ayant nommé comme expert dans les jurys d'examen, il accepte dans le même temps de devenir tuteur de futurs enseignants afin de transmettre cette passion de l'enseignement.

Parallèlement, il fait partie du comité directeur de PGA France depuis 1997 pour en devenir le Président depuis le mois de janvier 2007. En 2008 il devient consultant pour Golf Magazine et conçoit l'ensemble des articles techniques pour une série de 12 numéros. Depuis le 1er juillet, le livre qu'il a écrit intitulé « les clefs de votre swing », est disponible dans toutes les bonnes librairies (co édité avec *journal du golf/ groupe l'Equipe*).

Extraits du livre :

ÉRIC DOUENNELLE

LES CLEFS DE VOTRE SWING



2- Le «slice»



LES CLÉS DE VOTRE SUCCÈS

Famille A

Chapitre n° 2

Le « slice » est appelé « fade » lorsqu'il est léger et contrôlé.

- Trajectoire rectiligne au départ (par rapport au joueur) s'incurvant ensuite sur la droite.



LES CLÉS DE VOTRE SUCCÈS

1. Test d'appartenance

2. Explications mécaniques

3. Explications techniques

Facteurs à surveiller à l'adresse

- Grip faible
- Pression forte
- Orientation de la face de club à droite
- Alignement du corps à gauche

Facteurs apparaissant pendant le mouvement

- Face à droite au sommet
- Blocage des mains dans la zone de frappe

4. Comment réaliser un fade



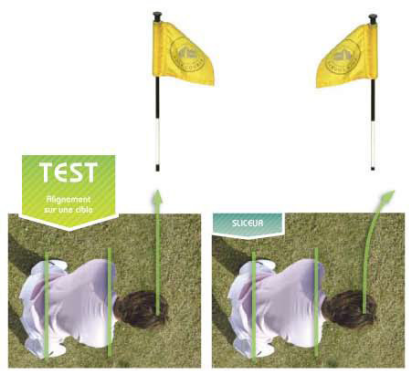
NE CONFONDEZ PAS LE SLICEUR AVEC :

- **Un pull sliceur** dont la balle part dès le départ sur la gauche du joueur pour s'incurver ensuite sur la droite. Consultez le test d'appartenance du chapitre 4.
- **Un pousseur** dont la balle part dès le départ et de manière rectiligne sur la droite du joueur. Consultez le test d'appartenance du chapitre 8.
- **Un push sliceur** dont la balle part dès le départ sur la droite du joueur pour s'incurver ensuite sur la droite. Consultez le test d'appartenance du chapitre 9.

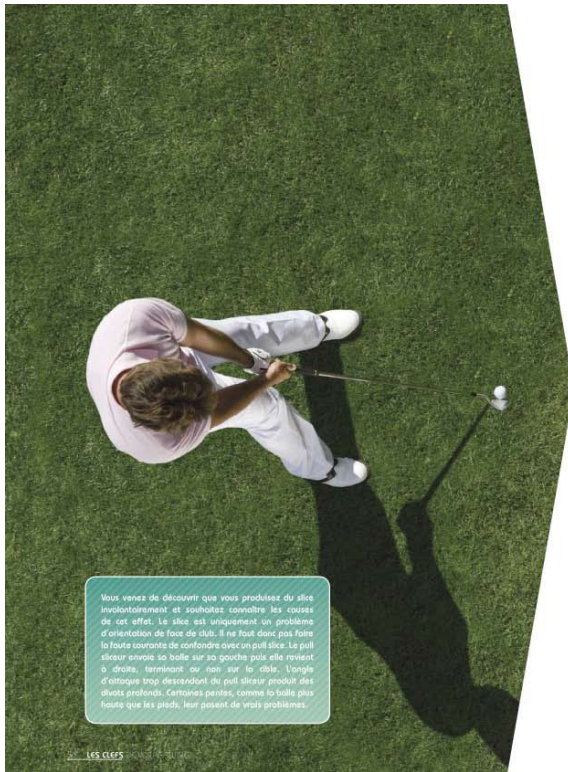
1. TEST D'APPARTENANCE

Nous recherchons à travers ce test les véritables sliceurs : la balle part droite par rapport au joueur puis s'incurve en fin de course sur la droite.

ALIGNEZ-VOUS SUR UNE CIBLE ET OBSERVEZ



Si votre balle part en droite ligne sur votre cible et qu'en fin de course elle s'incurve à droite : vous êtes un sliceur.



Vous venez de découvrir que vous souffrez du slice involontairement et souhaitez connaître les causes de cet effet. Le slice est uniquement un problème d'orientation de face de club. Il ne faut donc pas faire la faute classique de confondre avec un pull slice. Le pull sliceur envoie sa balle sur sa gauche puis elle revient à droite, terminant ou non sur la cible. L'angle d'attaque trop déséquilibré du pull sliceur provoque des coups profonds. Certains gentils, comme la balle plus haute que les pieds, leur posent de vrais problèmes.

2. EXPLICATIONS MÉCANIQUES

Le slice est la conjugaison au moment de l'impact d'un trajet de tête de club en ligne et d'une face orientée à droite de ce trajet.

LOIS MÉCANIQUES

Chemin du club
 Votre tête de club se déplace dans la zone de frappe dans le sens des flèches appelé intérieur / externe / intérieur.



Orientation de la face
 Au moment de la frappe, la face est orientée à droite par rapport au chemin du club. Cela impose un effet à la balle dans le sens des aiguilles d'une montre.



Nous pouvons percevoir comme possible que l'angle d'attaque du joueur de slice est neutre : les différentes situations du terrain ne le gênent pas (peut-être, les difficultés et attributions des différents clubs).

Le joueur de slice fait partir sa balle droite, puis elle tourne sur la droite.

3. EXPLICATIONS TECHNIQUES

FACTEURS À SURVEILLER À L'ADRESSE

GRIP FAIBLE



La tête peut être considérée à une organisation des mains dite « faible » qui a pour effet de positionner la face à droite par rapport au chemin à l'impact. (Attention, on glisse vite avec cette tenue vers du pull-back car les épaules sont souvent orientées à gauche dès l'adresse). Reportez-vous à la page 25.

PRESSION FORTE

Le second point à surveiller pour le grip est le niveau de pression trop important qui est associé. Vous trouverez toutes les consignes de cette tenue et les solutions dans un paragraphe suivant qui s'intitule « mélange des mains dans la zone de frappe ». Si vous ajoutez à cela un geste allongé, vous amplifiez l'effet. (cf. page 30).



ORIENTATION DE LA FACE À DROITE

Il est tout à fait possible qu'en jouant orienté la face de son club à droite involontairement dès l'adresse. Pour aligner votre face, reportez-vous à la page 42.



ALIGNEMENT DU CORPS À GAUCHE



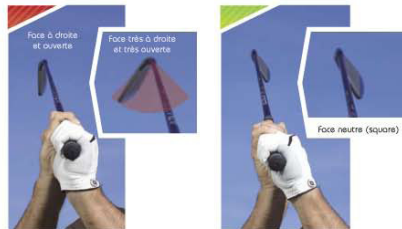
Ce facteur conduit le joueur à positionner la face de club en direction de la cible à l'adresse, donc à droite par rapport à l'alignement du corps. (cf. page 42).

FACTEURS APPARAISSANT PENDANT LE MOUVEMENT

PROBLÈME Face à droite au sommet

Nous allons voir désormais comment certains joueurs produisent du slice par leur gestuelle.

Lorsque la source du problème survient lors de la prise d'élan, il vous faudra surveiller la position de votre tête de club au sommet. La probabilité est forte pour qu'une face à droite au sommet soit orientée à droite à l'impact. Servez-vous de la position reconnaissable dite « ouverte », qui est dans le même temps orientée à droite (carré inférieur perpendiculaire au sol), pour visualiser plus facilement ce facteur. Plus votre face s'éloigne de la position neutre, pour évaluer dans le quart de cercle rouge, plus votre face est orientée à droite (bleu) et ouverte (bleu foncé).



Il faut noter dans cet exemple (photo la plus à gauche) que la position convenue du poignet gauche conditionne le placement de la face. Je considère que nous observons cette position lorsque le joueur « mélange » ses poignets. Enfin, il est probable que la face soit orientée à droite et ouverte dès l'adresse, lorsqu'elle se retrouve dans la position extrême « très à droite et très ouverte ».

SOLUTION Face square au sommet

A. Ce premier exercice vous permet de faire d'une maquette de la tête de club une aide à positionner la face de club à droite grâce au tracé qui remplace la face de club. En la manipulant, depuis le début de l'élan jusqu'au sommet, il vous faudra chercher une position plus juste. Le tracé de la maquette ne doit pas être perpendiculaire au sol, mais doit former un angle d'ouverture 45° avec le sol. Réajustez ensuite votre maquette par le club. Vous allez peut-être ressentir la sollicitation de nouveaux groupes musculaires et/ou un travail circulaire différent pour parvenir à un placement neutre. (cf. photo page de gauche).



B. En parallèle à ce premier exercice, vous pouvez aussi travailler avec un club dans chaque main des mains à sentir le travail respectif des deux membres bras / mains. Le club droit est souvent dominant dans ce système, sans pour autant fonctionner correctement. Le travail avec deux clubs est primordial et peut faire ressortir au mieux le bras gauche / main gauche le travail qu'il doit fournir tout au long du mouvement (ce qui peut déboucher sur une modification du grip).

PROBLÈME

Blocage des mains dans la zone de frappe

Si la position de la face de club est correctement placée au sommet, le joueur peut encore la bloquer dans la zone d'impact. Ce blocage des mains a pour effet d'orienter la face à droite par rapport au trajet du club. La pression sur le club est souvent trop importante. Ces joueurs visent à dire souvent leur face de club demeurant perpendiculaire à la ligne de jeu, et cela un peu après la zone de frappe.



Sur les photos, nous pouvons observer que la marque du gant est visible un peu avant le contact de la balle, mais elle le demeure également un peu après la frappe. La pression trop forte peut occasionner ce système et démontre encore une fois qu'elle a beaucoup d'importance.

SOLUTION

Action plus libre des mains



A. Le racourcissement obligatoire d'un swing basé sur l'ordre est absent dans ce système. Évitez les exercices à courts qui peuvent avoir pour résultat un bras et des mains différents par rapport à son bon état naturel de la face, mais sans ses meilleures habitudes d'équilibre. Cherchez une action plus naturelle des mains afin que le dos de la main droite soit visible après la frappe.



B. Le conseil le plus important sur la façon de taper des balles est de passer après le swing d'un peu à chercher à faire la tête de club. Pendant cet exercice, je leur propose d'adopter un **stance fermé** qui corrige l'action des mains qu'ils ne réalisent pas habituellement.