



ALTERSGERECHTES TRAINING FÜR SENIOR GOLFER



PHYSIOLOGISCH OPTIMIERTE LADIES KURSE



„We don't just teach a swing, we show you how to play on the golf course and how to practise at home.“

Was können Sie von unserer Golf Academy Erfahrung erwarten?

Es beginnt mit dem WOW-Faktor, wenn Sie durch das Eingangstor in die herrliche Parklandschaft des Golf Club Patriziale Ascona gehen. Sie blicken über die Putting Greens und sehen überall Blumen. Der alte Baumbestand und das 18. Grün mit den Bergen im Hintergrund sind eine einmalige Oase der Farbe und Ruhe und seit 2002 die Heimat unserer Golf Academy.

Cliff & Alexandra haben nicht nur zusammen eine Erfahrung von 60 Jahren PGA Professional-Unterricht, sondern auch ein langjähriges, erprobtes Teaching Konzept, das schnell und körperschonend zum Erfolg führt.

An unserer Academy werden Sie in einer professionellen Lernumgebung unterrichtet, in der es einen privaten Rasenlehrbereich und eine überdachte Fläche gibt. Dies ist für den Erfolg, ungeachtet des im sonnigen Tessin sowieso meist guten Wetters, bei Regen wesentlich förderlicher.



Um einen erstklassigen Service zu gewährleisten, unterrichten wir nur **maximal 4 Teilnehmer pro Kurs** und ganz neu bieten wir Ihnen spezielle Privatkurse exklusiv für 2 Personen!

Auch wenn Videoanalysen ein wesentlicher und wichtiger Bestandteil unseres Unterrichts sind, werden wir Ihre Unterrichtszeit nicht unnötig damit verschwenden und Sie mit einer übertriebenen Video-Swing-Analyse verwirren. Ausserdem verwenden wir während des Unterrichts kein kompliziertes Fachvokabular, das nur Profis ganz verstehen können. **Wir halten es so einfach wie möglich und arbeiten daran Ihr eigentliches Ziel zu erreichen, nämlich besser zu schwingen!**

Wir setzen in unserer Academy eine Vielzahl von Unterrichtsgeräten und Kontrollspiegeln ein, damit unsere Kunden nicht nur sehen und fühlen können was sie tun, sondern vor allem lernen, wie und welche Bewegungen sie ausführen und trainieren müssen, um ihre Schwünge zu verbessern.

Professionelle Teaching Pros zeichnen sich neben nachweislichen Erfolgen und dem Erzielen von Resultaten auch dadurch aus, dass sie immer auf neuestem Stand bleiben, motiviert und neugierig sind und immer wieder auch mit neuen Ideen und Swingtechniken experimentieren. Schlechte Golflehrer machen genau das Gegenteil!

Erleben Sie bei uns in Ascona den Unterschied.
Wir garantieren wahren Professionalismus!

Professioneller Unterricht für die individuellen Bedürfnisse von Golferinnen und Golfern über 50, 60 und 70

Alles was sie lernen und wissen müssen um besser spielen und kraftvoller und körperschonender zu schwingen. Sie trainieren und spielen täglich mit Cliff und Alexandra, zwei sehr erfahrenen und bestens ausgebildeten Swiss/British PGA Golf Professionals, auf dem wunderschönen, am Ufer des Lago Maggiore liegenden Golfplatz des GC Patriziale Ascona.

Cliff Potts

Nach 41 Jahren als PGA Golf Pro, über 14.000 Schülerinnen und Schülern in der Golf Academy und nach mehr als 1 Million geschlagenen Bällen, habe ich mit nun 61 Jahren das Wissen und vor allem die Erfahrung Ihnen genau zu erklären und zu demonstrieren, was und wie Sie trainieren müssen um besser schwingen und spielen zu können.



Wenn Sie über 50 sind, sollten Sie nicht versuchen auf den Ball zu schlagen wie ein 25-jähriger, sondern Ihren Schwung sowie auch Ihr Training auf die Bedürfnisse Ihres Alters anpassen, um mehr Erfolg zu haben und um Ihren Körper zu schonen!

Junge Golflehrer, teilweise nicht einmal PGA qualifiziert, haben naturgemäss gar nicht das Wissen und die Erfahrung um auf die speziellen Unterrichtsbedürfnisse eines SENIOR GOLFERS einzugehen.

Dies sind die 6 häufigsten Beschwerden unter denen vor allem Senior Golfer aufgrund von falschem Schwingen leiden, und die oft sogar Grund einer ernstzunehmenden Verletzung sind:

1. Rückenprobleme
2. Hüftprobleme
3. Ellenbogen Schmerzen
4. Handgelenke Sehnenentzündung
5. Schulterriss der Rotoren Manschette
6. Meniskus-Probleme und Bänderentzündungen in den Kniegelenken

Ganz zu schweigen von den Kopfschmerzen und schlaflosen Nächten, die durch die Frustration verursacht werden, schlecht zu spielen!
Viele dieser Beschwerden und Verletzungen sind auf generelle Probleme beim Schwung bzw. bei Ausgangsposition/Setup und leider zum Teil auch auf falschen Unterricht zurückzuführen.

Die richtige, individuelle Ausgangs- oder Setup-Kombination besteht aus 6 HAUPTBAUSTEINEN.

Ausrichtung - Griffhaltung - Körperhaltung
Fuss Position - Standbreite - Ballposition

Alle Punkte haben enormen Einfluss und Auswirkung darauf, ob man kraftvoll und körperschonend schwingen kann oder nicht!

Welches aber ist die korrekte Setup-Kombination für einen Golfspieler?
DIE korrekte Setup-Kombination, die für ALLE gilt, gibt es nicht.

Jeder Mensch ist ein Individuum, alle körperlichen Voraussetzungen sind unterschiedlich. Deshalb ist unser Unterrichtskonzept genau darauf ausgerichtet, dies beim Training von Senior-Golferinnen und Senior-Golfern zu berücksichtigen.



Wir verbinden Theorie und Praxis durch Pädagogik Erfahrung.

Der Golfschwung ist eine Kettenreaktion von vielen Bewegungen mit dem „Setup“ als erstem und wichtigstem Glied in dieser Kette. Ist dieser erste Teil richtig und stark, dann ist es weniger wahrscheinlich, dass die Kette reissen wird.

In Englisch sagen wir: „What you set is what you get“.

Vergleichen Sie die Setup Position mit dem Fundament beim Hausbau: Wenn dieses nicht fest ist kann man kein stabiles Haus bauen, irgendwann bricht alles zusammen!

Genau das ist es, was bei vielen Golferinnen und Golfern ab einem gewissen Alter passiert: Der Schwung fällt zusammen, da der Körper die vielen eingebauten Kompensationsbewegungen nicht mehr umsetzen kann.

Sie spielen immer schlechter, die Schläge werden immer kürzer. Ihr Versuch, mit noch mehr Kraft auf den Ball zu schlagen, um dies zu verändern, erhöht ganz massiv das Risiko für schmerzhafte Beschwerden und sogar Verletzungen. Sie befinden sich in einem Teufelskreis, der zur Krise führt.

Und genau hier beim Setup, setzen wir in unserem langjährigen, erprobten Unterrichtskonzept den Schwerpunkt! **Sei es beim Schwung, Short Game oder beim Putting: SETUP IS KEY.**

LADIES KURSE - Physiologisch optimiert für Golfspielerinnen

Verständlicherweise gibt es sehr wenige Golferinnen, die jemals die Möglichkeit hatten, sich von einer „Golf-Proette“ unterrichten zu lassen, da es in der Schweiz nicht so viele gibt.

Während der Ladies Kurse in unserer Academy werden Sie die Gelegenheit haben von **Alexandra Albisetti Potts**, PGA Golf Professional mit über 20 Jahren Unterrichtserfahrung, nicht nur fachgerechte, golfspezifische Informationen, angepasst auf die weibliche Physiologie zu erhalten, sondern auch alle Fragen zu klären, welche ein männlicher Golf Pro womöglich nie in dieser Form beantworten könnte.

Alexandra Albisetti Potts

Alexandra hat ein offenes Ohr für alle Golf-Probleme, einen natürlichen, einfachen und eleganten Golfschwung, sowie ein sehr gut ausgebildetes Auge für das Erkennen von Schwungfehlern und das Talent, Schwungprobleme schnell und unkompliziert zu beheben.

Als ehemalige Nationalspielerin besitzt sie unter anderem einen exzellenten Touch für das Kurzspiel und war im Jahr 2000 Mitglied der erstmaligen Schweizer Damen-Weltcup-Mannschaft.

Das grösste Problem für Ladies beim Golf ist ohne Zweifel, dass sie nicht weit genug schlagen können. Es ist deshalb auch wichtig, zu verstehen, dass sie anders schwingen müssen als Männer.



Indem Sie lernen, sich schneller und effizienter aus dem Rumpf zu bewegen und mehr Stabilität in Ihren Beinen vom Boden aufwärts zu entwickeln, können Sie mehr Rotationsgeschwindigkeit und Kraft erzeugen und dadurch den Ball weiter schlagen und mehr Spass beim Golfspielen haben!

Auch wenn Frauen auf Grund ihrer naturgegebenen, körperlichen Voraussetzungen weniger stark und weniger schnell schwingen als Männer, haben sie meist einen grossen Vorteil: Sie sind durchwegs weitaus flexibler als Männer!

Natürliche Flexibilität ist von grundlegender Bedeutung für die Schaffung von mehr Torsion und Drehzahl. Wir zeigen Ihnen, wie Sie diese natürliche, weibliche Flexibilität zu Ihrem Vorteil nutzen und in echte Kraft verwandeln können!

Subtile Griff- und Haltungsänderungen, sowie geringfügige Änderungen der Position der Füsse, der Standbreite und der Ballposition können einen enormen Effekt auf mehr Schlägerkopfgeschwindigkeit haben!

Bei unseren Ladies Kursen trainieren wir besonders die Erhöhung von Länge, die Zunahme von Wiederholbarkeit beim Abschlag, Fairway Hölzer/Hybrid und Short Game.

Die 4-tägigen Academy Kurse sind die beste Voraussetzung, um unser Key Focus Konzept zu allen Aspekten des Golfsports an Sie weiterzugeben und mehr Zeit für die Zusammenarbeit mit Ihnen zu haben, während die 2-tägigen Kurse eine kompakte Version darstellen.

Informieren Sie sich auf www.cliff-potts-golfacademy.com detailliert über unser professionelles und tiefgreifendes Kursprogramm, das Ihnen hilft körperschonend zu schwingen und besser zu spielen!

VORMITTAG 9.30 - 12.30 UHR AUF DER DRIVINGRANGE	
TAG 1	LANGES SPIEL / BUNKERSHOTS Analyse Ihrer Physiologie und Stärken/Schwächen der Schwünge. Individuelle Vorschläge zur Verbesserung des Setups. Demonstration und Erklärung des PLANE SWING Trainingsgerätes. Bunker Schläge: Wir zeigen Ihnen warum sich diese Schläge in Setup und Swing-Technik von jedem anderen Schlag grundlegend unterscheiden.
TAG 2	PUTTEN / LANGES SPIEL PUTTEN Schwerpunkt Distanzkontrolle von Mid & Long Putts Key Focus Tipps zu Disziplin, Ausrichtung von Augen und Putter, Griffdruck und Rhythmus der Pendelbewegung. LANGES SPIEL Key Focus Abschlüsse mit dem Driver Rückblick auf den 1. Spieltag, individuelle Verbesserungsvorschläge Driver Tipps: Schwungebene, Eintreffwinkel, Impactposition und Abflugwinkel. Aufbau einer eigenen Übungsstation mit Alignment Sticks, Impact Bags, Kontrollspiegeln und PLANE SWING.
TAG 3	PUTTEN / CHIPPING & PITCHING PUTTEN mit Schwerpunkt auf Short Putts. Mentale Tipps und Übungen für kurze Putts. CHIPPING & PITCHING Unterschiede in beiden Techniken, Schlägerwahl, Balllagen und Risiken. Wann chippen und wann pitchen?
TAG 4	LANGES SPIEL und RESÜMEE Aufbau der eigenen Übungsstation mit Hilfe von Alignment Sticks etc. Training mit Plane Swing und Übungen mit dem Einsatz von Spiegeln und Impactbags, um alle wichtigen visuellen und kinästhetischen Rückmeldungen zu erhalten. Zusammenfassung der einzelnen Setup- und Swing-Positionen mit Schwerpunkt auf den körperschonenden Aspekten , wie und was zu üben ist. Abschluss mit einem Resümee aller Key Focus Punkte bei Bunker-, Pitch- und Chip-Schlägen: Ratschläge für Golf spezifische Übungen zu Hause um die Flexibilität zu verbessern.
NACHMITTAG 13.50 - 16.00 UHR AUF DEM GOLFPLATZ	
Alle Teilnehmer, fortgeschrittene HCP Spieler und Einsteiger, spielen täglich 9 Löcher auf dem Golfplatz in Begleitung von Cliff oder Alexandra! Key Focus Platzmanagement Tipps , Pre Swing Routine, Anwendung der neuen Änderungen in Setup und Swing und die Möglichkeit zur Erreichung oder Verbesserung Ihres Handicaps. Optional: Special Green Fee für Teilnehmer um die zweiten 9 Löcher ab 16.00 Uhr alleine zu spielen. Änderungen vorbehalten.	

Wir unterrichten in Ascona durchgehend von März bis November.
Genauere Termine auf unserer Homepage!

2 TAGE KURS	4 TAGE KURS
Montag und Dienstag Mittwoch und Donnerstag Freitag und Samstag	Montag bis Donnerstag Mittwoch bis Samstag Freitag bis Dienstag* *Sonntag frei
Alle 2- und 4-tägigen Kurse sind gemischt für Damen/Herren Maximal 4 Teilnehmer pro Kurs!	
2 Tage Golf Academy CHF 800,- p.P.	4 Tage Golf Academy CHF 1.500,- p.P.
** SPEZIAL ANGEBOT ** Ganz private Kurse exklusiv für 2 Personen Infos: www.cliff-potts-golfacademy.com	
NEU IN UNSERER ACADEMY PHYSIOLOGISCH OPTIMIERTE LADIES ONLY KURSE 2 Tage / Montag und Dienstag	



Für Ihren Aufenthalt in Ascona empfehlen wir Ihnen folgende Hotels

*****	Castello del Sole	www.castellodelsole.com
*****	Hotel Eden Roc	www.edenroc.ch
*****	Giardino Ascona	www.giardino.ch
*****	Villa Orselina	www.villaorselina.ch
****	Hotel Ascovilla	www.ascovilla.ch
****	Hotel Ascona	www.hotel-ascona.ch
****	Hotel Casa Berno	www.casaberno.ch

Ausführliche Informationen über Programm, Termine, Leistung, Hotels und Golfreisen auf www.cliff-potts-golfacademy.com



CLIFF POTTS
PGA FELLOW PROFESSIONAL

Cliff hat seine Professional Golf Ausbildung bei dem dreifachen Ryder Cup Captain Bernard Gallacher im weltberühmten Wentworth Golf Club absolviert, sich dort als Assistant Pro zwischen 1976 und 1982 zweimal für die European PGA Tour qualifiziert und dabei in Südafrika und Europa die wichtigsten Turniere gespielt.

Er entwickelte sein ausserordentlich erfolgreiches, unkompliziertes und körperschonendes Teachingkonzept über viele Jahre durch „Erste Hand Erfahrungen“ bei Top-Professionals in den USA wie z.B. „Professor Putt“ Dave Pelz, Short Game Guru Phil Rodgers, Chuck Cook, Jim McLean, David Leadbetter, Jimmy Ballard und bei dem legendären Teaching Pro John Jacobs in England.

Über den Vale do Lobo Golf Club in Portugal und bekannte deutsche Clubs, wie den Frankfurter und den Starnberger Golfclub, kam er als Head Professional zum Golf Resort Bodensee, wo er im Jahr 1989 die Cliff Potts Golf Academy International gründete. Inzwischen haben bereits über 14.000 Schüler an seiner Academy teilgenommen, die seit 2002 im Golfclub Patriziale Ascona ihren Hauptstandort hat.

Neben seiner Ausbildungstätigkeit ist Cliff bekannt als Autor von über 200 Trainingsartikeln für verschiedene Golfzeitschriften, wie Golf Time, Golf aktuell, Golf & Country und Golf Suisse.

Im Jahr 1996 erreichte die **Cliff Potts Golf Academy International** die volle offizielle Anerkennung und Empfehlung der British PGA als Unterrichts- und Ausbildungsstätte. 2005 wurde Cliff mit dem Advanced Professional Status „Fellow of the PGA“ ausgezeichnet.

Bestens beurteilt von der Zeitschrift *Stern*: „Cliff Potts Golf Academy zählt inzwischen zu den besten Golfschulen Europas.“ *Bilanz* schreibt in einer Bewertung: „Dank professioneller Gründlichkeit, pädagogischem Geschick und modernsten Hilfsmitteln, haben sich Cliff und Alexandra Potts gerade in der Schweiz einen hervorragenden Namen geschaffen.“

„We don't just teach a swing, we show you how to play on the golf course and how to practise at home.“

CLIFF POTTS GOLF ACADEMY

GC Patriziale Ascona . Via al Lido 81 . 6612 Ascona, Schweiz
 Telefon: +41 (0)91 780 9392 . Cliff Mobile: +41 (0)79 773 2361
 Mail: office@cliff-potts-golfacademy.com
www.cliff-potts-golfacademy.com