

Lecciones online



Movimiento pivote



¿Qué es un pivote?

El diccionario define "pivote" como un movimiento alrededor de un punto fijo. Es una definición bastante similar del swing atlético con la única diferencia de que en el swing atlético hay dos ejes.

La transferencia del peso desde su posición original en el stance hacia el lado derecho, y vuelta hacia el lado izquierdo, se realiza alrededor de dos ejes en vez de uno.

¿Qué hace el pivote?

En todo momento debe saber lo que su cuerpo hace durante el swing.

- Un efecto "enrollador" y tensor en el que su torso se revolverá y cargará como un muelle listo para soltar.
- La transferencia del peso de su cuerpo de un lado a otro.
- Velocidad a ritmo consistente.

Pivote sin palo



- 1- Gire la parte superior del cuerpo hacia el eje derecho.
- 2- La rodilla izquierda, junto con las caderas y el hombro, abren espacio al lado derecho para ir con fuerza hacia el impacto.
- 3- La parte superior e inferior encara el objetivo. La rodilla derecha está unida a la izquierda.

Pivote con palo



1- El peso del cuerpo se ubica en la parte interna de la pierna derecha.

2-La parte superior del cuerpo está a la altura de la bola.

3-El cuerpo está ubicado en el eje izquierdo en una posición equilibrada.

www.nugolf.net
