



Bunkier przy greenie – jak go pokonać

BUNKIER – groźne słowo dla prawie wszystkich graczy z handicapami powyżej 5-6. Na ogół jest utożsamiane ze stratą punktu, złą grą itp. czyli generalnie nieszczęściem. A przecież bunkier jest takim samym elementem pola golfowego jak tee box, green, czy fairway. Nie jest karany jak woda, OB czy też gęsty las lub krzaki. Gra z bunkra to taki sam element gry w golfa jak każde inne uderzenie o czym zresztą będzie poniżej.

Na początek jedno pytanie ogólne do wszystkich graczy.

„Ile czasu poświęcasz średnio na ćwiczenia gry z bunkra tygodniowo lub miesięcznie ?”

I w zasadzie odpowiedź na to pytanie jest odpowiedzią dlaczego bunkier jest zmorą większości golfistów amatorów.

Rzadkością na driving rangach jest widok amatora, który wybija kilkadziesiąt piłek z bunkra gdy tylko ma okazję.

Za to graczy uderzających driverami w kierunku wymarzonego dystansu 300 jardów są tysiące. Prawda jest jednak okrutna i oczywista – przeciętny amator znacznie prędzej osiągnąłby poziom gry zawodowego golfisty w grze z bunkra aniżeli jego dystans w uderzeniach driverem. Oczywiście o ile w ogóle by sporo ćwiczył.

Gra z bunkra wymaga bowiem wyłącznie techniki i doświadczenia, a uderzanie driverem na 300 y wymaga dodatkowo doskonale rozciągniętego ciała i sprężystych mięśni, co w pewnym wieku jest już po prostu niemożliwe.

Przyjrzyjmy się bliżej czym jest gra z bunkra i na czym polega.

Przy czym zaznaczam, że mówię tutaj wyłącznie o bunkrze przy greenie, nie o bunkrach fairwayowych.

Uderzenie z piasku jest jedynym uderzeniem w golfie gdzie łopatką kija nie dotyka piłki.

Wchodzi ona w piasek przed piłką i to właśnie on wyrzuca piłkę na green.

Celem uderzenia z bunkra przy greenie jest umieszczenie piłki w odległości 5-6 stóp od dołka, tj. w takim, z którego ma się przynajmniej 50% szans na 1 putt.

W zawodowców z PGA TOUR procent tzw. „sand save” czyli uderzenia z bunkra i 1 putta wynosi powyżej 50%, a u najlepszych powyżej 70%.

U amatora z handicapem 10 procent „sand save” to tylko 10%.

Co więc zrobić aby Twoja gra z bunkra była bardziej skuteczna ?

Mieliście z pewnością kilka lekcji na ten temat ze swoim Pro lub wiele czytaliście na ten temat z różnych źródeł.

Generalna wiedza mówi:

1. Jeżeli piłka dobrze leży na piasku należy ustawić się tak, aby była ona lekko w stronę lewej stopy od środka postawy (dla praworęcznych).
2. Należy lekko „wkopać” stopy w piasek
3. Należy otworzyć łopatkę kija którym uderzamy (na ogół wedge 60 lub 56)
4. Należy otworzyć postawę (cofnąć lewą stopę i skręcić biodra) tak, aby otwarta łopatka wskazywała na cel
5. Należy wykonać uderzenie (swing), który ma iść po linii stóp, czyli lekko od zewnątrz do wewnątrz w stosunku do linii celu, jakby podcinając piłkę.
6. Podczas tego swingu kij powinien wejść w piasek przed piłką (1-5 cm) i to właśnie piasek wybije piłkę na green.

Tak właśnie robisz ?

No to nic dziwnego, że boisz się bunkrów i aby opanować to uderzenie potrzebujesz dosłownie setek godzin.

Bowiem jeżeli w golfie jest jedna pewna rzecz to jest nią następująca prawda:

„Można nauczyć się każdego uderzenia w dowolny sposób, wymaga to tylko rozpoczęcia nauki w młodym wieku i poświęcaniu na nią wielu godzin dziennie”.

Podobnie jest z uderzeniem z bunkra według opisanej powyżej metody.

Nie jest ona zła, ale jest bardzo pracochłonna i niestety zawodna.

Przyjrzyjmy się kolejnym fazom uderzenia z bunkra tak, abyście dokładnie zrozumieli ich znaczenie i sens.

1. Należy ustawić się tak, aby piłka leżała lekko w stronę lewej stopy od środka postawy (dla praworęcznych).

Tak jest, to prawda.

Dlaczego i czemu to służy ?

Skoro kij ma wejść w piasek przed piłką, to jej ustawienie lekko z przodu środka postawy (czyli najniższego punktu swingu) ułatwia to zadanie.

Im piłka jest bardziej „wkopana” w piasek, tym bardziej można ją „ustawiać” w prawą stronę. Wtedy bowiem kąt natarcia kija jest bardziej stromy i to ułatwia jego wejście pod piłkę.

2. Należy lekko „wkopać” stopy w piasek.

Tak jest, to prawda.

Ułatwia to bowiem przeprowadzenia kija pod piłką w trakcie uderzenia.

Im piłka jest bardziej zagłębiona w piasek, tym bardziej należy „wkopać” stopy.

3. Należy otworzyć łopatkę kija którym uderzamy (na ogół wedge 60 lub 56)

W przypadku tego punktu pojawia się podstawowe pytanie:

„Po co tak robić, tj. po co otwierać łopatkę kija ?”

Większość graczy w ogóle nie zadaje sobie takiego pytania, tylko po prostu tak robi, gdyż tak właśnie słyszała setki razy.

Bardziej dociekliwi mają 2 standardowe odpowiedzi, podobnie jak nawet doświadczeni Pro.

- a. Po to aby zapobiec „wbiciu” się łopatki kija w piasek, po przez zwiększenie tzw. bounce danego kija
- b. Po to aby piłka poleciała wyżej po uderzeniu

Obie te odpowiedzi są niestety błędne, a raczej nie odpowiadają prawdzie.

Do tego, aby łopatka kija nie „wkopała się” w piasek służy tzw. bounce czyli wybrzuszenie na spodzie łopatki każdego kija.

W przypadku ironów jest ono standardowe, a w przypadku wedgy może być zmienne.

Dla wedga 60 i 56 czyli tych, których używa się do gry z bunkra bounce może wynosić od 8 do 14 stopni.

To zresztą była główna idea wynalezienia kilkadziesiąt lat temu przez Gene Sarazena sandwedga z bounce – zapobieganie łopatce wkopania się w piasek.

To bounce zapobiega „wkopaniu się” łopatki w piasek, a nie jej otwarcie.

To prawda, że otwierając łopatkę zwiększamy bounce, ale czy nie lepiej wziąć wedge z większym bounce ?

Bounce 12 i 14 pozwalają uderzyć z każdego rodzaju piasku, nawet bardzo sypkiego, bez konieczności otwierania łopatki.

Otwieranie łopatki i „sztuczne” zwiększanie bounce ma 2 bardzo negatywne konsekwencje (o których za chwilę), które powodują, że nauka gry z bunkra wydłuża się z kilku tygodni do kilku miesięcy lub lat.

Drugi podawany powód otwierania łopatki to chęć wyższego lotu piłki.

Czy zwróciliście uwagę jak bardzo nachylona (loft) jest łopatka wedga 56, nie mówiąc już o wedgu 60 ?

Piłka startuje prawie pod kątem 56 lub 60 stopni w stosunku do ziemi, a więc bardzo ostro w górę. Nie ma najmniejszej potrzeby dodatkowego otwierania łopatki aby ten kąt zwiększyć. Prawidłowo uderzona piłka wyjdzie z 99% bunkrów bez konieczności otwierania łopatki.

Najbardziej dociekliwi i zaawansowani gracze powiedzą, że otworzenie łopatki ułatwia backspin piłki i szybciej zatrzyma się ona na greenie.

To jest prawda, ale dotyczy to również może 5% przypadków.

Najlepsi specjaliści od gry z bunkra czyli Jim Furyk i Luke Donalds zawsze wolą aby piłka potoczyła się stroną dołka, a nie zatrzymała się nagle po wysokim locie.

Tak więc otwarcie łopatki nie ma żadnego logicznego uzasadnienia przy grze z bunkra.

Jak wspominałem ma za to 2 negatywne konsekwencje:

a. Wymaga otwarcia postawy (patrz pkt 4 poniżej) aby piłka poleciała prosto, a nie w prawo. Otwarcie postawy zmienia lekko kierunek i odczucia swingu i trzeba się go nauczyć od nowa, co wydłuża czas nauki gry z bunkra.

b. Wymaga wyobraźni w kierowaniu piłki na cel, bowiem postawa powinna być otwarta proporcjonalnie do otwarcia łopatki kija, a to za każdym razem jest trochę inne. W konsekwencji gra z bunkra jest mniej regularna i mniej celna.

Reasumując otwarcie łopatki kija przy grze z bunkra nie jest błędem, lecz wydłuża i utrudnia czas nauki gry z bunkra.

Ten czas można skrócić wielokrotnie stosując zasady Manuela de la Torre o czym będzie dalej.

Idąc dalej po kolejnych fazach uderzenia z bunkra.

4. Należy otworzyć postawę (cofnąć lewą stopę) tak, aby otwarta łopatka wskazywała na cel.

Jeżeli otwieramy łopatkę kija to jest prawda, lecz powyżej wytłumaczyłem dlaczego otwarcie łopatki jest zbędne, w związku z czym otwieranie postawy również.

5. Należy wykonać uderzenie (swing), który ma iść po linii stóp, czyli lekko od zewnątrz do wewnątrz w stosunku do linii celu, podcinając piłkę.

Jeżeli mamy otwartą postawę to prawda, lecz równocześnie jest to jedna z negatywnych konsekwencji tego podejścia.

Nasz mózg ucząc się swingu „koduje” ruch łopatki kija do tyłu-do środka-od środka-do przodu.

Otwierając postawę musimy nauczyć się nowej sekwencji do tyłu-na zewnątrz-od zewnątrz do wewnątrz jeżeli łopatka ma iść po linii stóp.

Jest to oczywiście możliwe, ale znowu nauka się wydłuża, a regularność uderzeń spada.

6. Podczas tego swingu kij powinien wejść w piasek przed piłką (1-5 cm) i to właśnie piasek wybije piłkę na green.

Tak, to jest prawda.

Jak więc jak widać tradycyjna nauka gry z bunkra nie jest błędna.

Jest ona po prostu nielogiczna i wymaga znacznie więcej czasu aby dobrze opanować ten fragment gry.

Omówię teraz technikę gry z bunkra według znacznie prostszej koncepcji.

Opanowanie tej techniki zajmuje zaledwie kilka dni, a co najważniejsze technika ta zapewnia dużą regularność uderzeń. Koncepcja ta zakłada, że uderzenie z bunkra jest prawie dokładnie takie samo jak krótki pitching z 3 modyfikacjami – położenie piłki, szersze rozstawienie stóp, większy zamach.

Pierwsza najistotniejsza uwaga.

Co odpowiada 99% amatorów pytana o ich główny cel gdy piłka znalazła się w bunkrze ?

Odpowiada, że chce „wybić piłkę z bunkra”.

Jest to największy błąd i pierwsze źródło ewentualnego niepowodzenia.

Dlaczego ?

Czy uderzając piłkę z tee box mówimy, że naszym głównym celem jest wybicie piłki z tee boxu ?

Czy uderzając piłkę z fairwaya mówimy, że naszym głównym celem jest wybicie piłki z fairwaya ?

Czy wykonując putt mówimy, że naszym głównym celem jest wybicie piłki z jednego miejsca na greenie w drugie ?

Bunkier to taki sam element gry jak powyższe.

Gdy piłka wpada do bunkra naszym zadaniem jest wykonanie „uderzenia z bunkra” (sand shot) zgodnie z techniką opisaną poniżej, a nie jakieś „wybicie piłki z bunkra”.

Podejście i myślenie typu „wykonanie uderzenia z bunkra” znacznie obniża poziom stresu i niepokoju gdy piłka znajdzie się w bunkrze.

Tak więc piłka jest w bunkrze, mamy wykonać „sand shot”.
Oto jak to robimy.

1. Wybieramy wedge z odpowiednim bounce, im piasek jest bardziej sypki tym bounce powinien być większy. Można mieć wedge 56 z bounce 14, a do uderzeń z twardego lub mokrego piasku używać wedga 60 z bounce 10.
2. Ustawiamy się identycznie jak do normalnego krótkiego pitcha czy chipa tj. stopy równoległe do linii celu, lekko wkopane w piasek. Stopy są rozstawione szerzej minimum na szerokość bioder dla lepsze stabilności postawy w momencie kontaktu z piaskiem.
3. Piłka znajduje się lekko z przodu środka postawy, powiedzmy 5-10 cm, choć to należy poćwiczyć i znaleźć idealne miejsce dla siebie.
4. Ustawiamy łopatkę kija idealnie prostopadle do kierunku uderzenia (nie dotykając piasku) i mierzymy w punkt na 1-5 cm z tyłu za piłką w zależności o sypkości piasku, im twardszy tym bliżej.
5. Wykonujemy normalny swing jak przy krótkim pitchingu z zamachem adekwatnym do odległości na jaką chcemy posłać piłkę. Zamach jak wspominałem będzie większy niż w normalnym krótkim pitchingu, gdyż piasek bardzo wyhamuje łopatkę kija.
6. Nasz kij zetknie się z piaskiem na 1-5 cm przed piłką, jego bounce zapobiegnie wkopaniu się łopatki w piasek i piłka polecą na green wyrzucona piaskiem.
7. I rzecz ostatnia i najważniejsza !
Musimy wykonać pełny swing, nie zostawiać kija w piasku, ale wykonać normalne follow through, adekwatne do wykonanego uprzednio zamachu.

Tego typu technika jest identyczna do techniki krótkiego pitchingu i chippingu z 3 omówionymi wyjątkami (położenie piłki, rozstawienie stóp, zamach).

To właśnie bardzo przyspiesza naukę gry z bunkra i czyni te uderzenia bardzo powtarzalnymi.