

# Aufbauanleitung

Vor dem Aufbau bitte komplette Anleitung lesen.

Bei dem GOSWO® handelt es sich um eine Trainingshilfe, die dem Golfspieler die korrekte Schwungebene vorgibt. Je nach Fehlerneigung des Golfspielers wird der GOSWO® in Auf- / oder Abschwungrichtung aufgestellt. Schwingt der Golfspieler zu flach oder zu steil, berührt der Schläger den GOSWO® und der Golfspieler erhält eine hörbare und spürbare Rückmeldung. Damit diese Berührung des GOSWO® keine Beschädigung des Schlägers zur Folge hat, wurde für die Trainingshilfe der weichere Werkstoff „Karton“ gewählt. Durch die Nutzung des GOSWO® entstehen mehr oder weniger starke Gebrauchsspuren, er behält jedoch immer noch seine funktionsbestimmte Eigenschaft. Beim Zusammenbau des GOSWO® wird darauf hingewiesen, dass die Aussparungen für die einzusteckenden Laschen der Winkelstücke in der Decklage aus Gründen der Stabilität mit geringer Toleranz gefertigt wurden. Dies bedingt eine gewisse Sorgfalt beim Zusammenbau, damit die Laschen rechtwinklig in die Aussparungen gesteckt werden. Beachtet man diesen Hinweis nicht, kommt es zwangsläufig dazu, dass sich die Decklagen des Kartons an den Laschenkanten umbiegen. Der Zusammenbau ist trotzdem möglich, jedoch verursacht die umgebogene Decklage eine Verringerung der Toleranz. Dies führt dazu, dass die Decklage mit höherem Kraftaufwand in das Winkelstück gesteckt werden muss. Achtung: Hierbei handelt es sich nicht um einen Produktmangel! Die bestimmungsgemäße Verwendung wird dadurch nicht eingeschränkt. Wir weisen hiermit darauf hin, dass bereits gebrauchte Geräte bzw. unsachgemäß aufgebaute Geräte von der Mängelhaftung ausgeschlossen sind.



1.)

2.)

3.)

4.)

**Achtung bei den Steckverbindungen: Laschen rechtwinklig einstecken!!! Beachten Sie die oben beschriebenen Hinweise!**



5.)

6.)



**Achtung bei den Steckverbindungen: Laschen rechtwinklig einstecken!!! Beachten Sie die oben beschriebenen Hinweise!**



7.)

Der GOSWO wird neben dem Golfspieler aufgestellt. Dabei sollte der seitliche Abstand zwischen Golfer und GOSWO eine gestreckte Armlänge betragen.



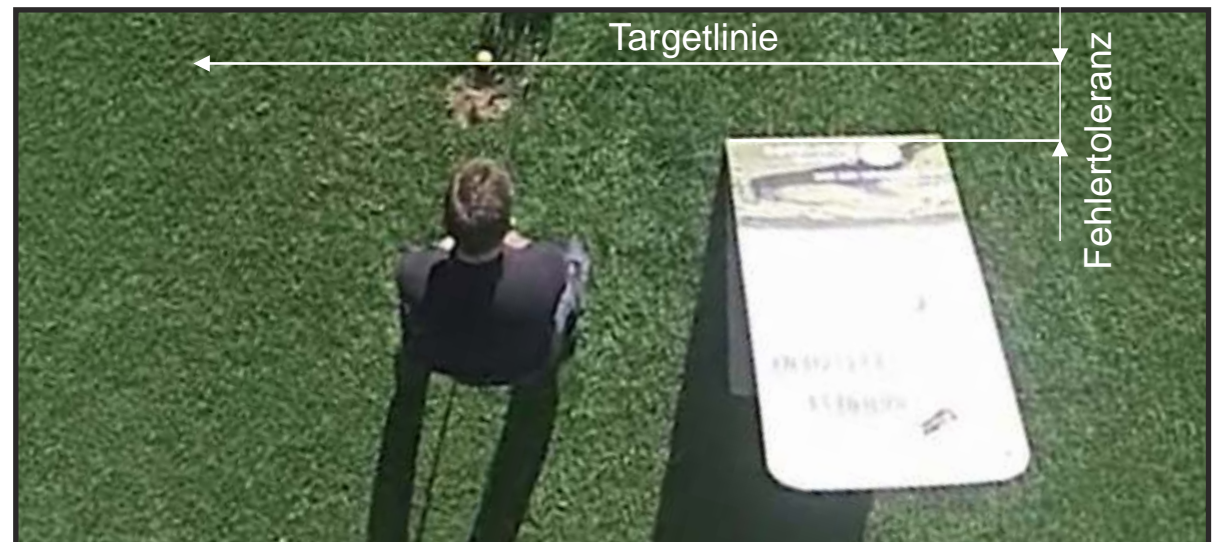
**Beim zu flach schwingenden Spieler** wird der **GOSWO in Aufschwungrichtung** aufgestellt. Bei zu flachem Schwung berührt der Schlägerkopf bereits beim Aufschwung den GOSWO und der Spieler erhält ein hör- und spürbares Feedback. Diese Rückmeldung führt unmittelbar zum Abbruch des Schwungs und infolge der aktiven Wahrnehmung sowohl des akustischen Reizes mithilfe des Sinnesorgans Ohr als auch des haptischen Reizes durch die Berührung sofort zu einer nachhaltigen Umgestaltung des Prozesses „Golfschwung“.

**Beim zu steil schwingenden Golfer** hilft der **GOSWO Outside**, der ebenfalls in Aufschwungrichtung aufgestellt wird. Siehe Bedienungsanleitung GOSWO Outside.

Der Abstand zwischen der Schwungebene auf der Targetlinie und dem GOSWO stellt somit die Fehlertoleranz dar. Zu Beginn des Schwungtrainings sollte dieser Abstand mindestens ca. 30 cm betragen. Dieser Abstand kann dann nach und nach verringert werden.

Für das Training mit verschiedenen Schlägern kann der Winkel der Schwungebene durch austauschbare Elemente angepasst werden. Bereits im Lieferumfang enthalten sind die Winkelelemente  $47^\circ$  für das Training mit dem Driver bzw. Holz 3 und  $55^\circ$  für das Training mit Eisen oder kurzen Hölzern.

Viel Erfolg mit Ihrem GOSWO.



# Outside Aufbauanleitung

(unbedruckt)

Vor dem Aufbau bitte komplette Anleitung lesen.

Eine Innovation aus dem:

Bei dem GOSWO® handelt es sich um eine Trainingshilfe, die dem Golfspieler die korrekte Schwungebene vorgibt. Bei der Fehlerneigung des Golfspielers „von außen nach innen“ wird der GOSWO® in Aufschwungrichtung aufgestellt. Schwingt der Golfspieler zu steil, berührt der Schläger den GOSWO® und der Golfspieler erhält eine hörbare und spürbare Rückmeldung. Damit diese Berührung des GOSWO® keine Beschädigung des Schlägers zur Folge hat, wurde für die Trainingshilfe der weichere Werkstoff „Karton“ gewählt. Durch die Nutzung des GOSWO® entstehen mehr oder weniger starke Gebrauchsspuren, er behält jedoch immer noch seine funktionsbestimmte Eigenschaft. Beim Zusammenbau des GOSWO® wird darauf hingewiesen, dass die Aussparungen für die einzusteckenden Laschen der Winkelstücke in der Decklage aus Gründen der Stabilität mit geringer Toleranz gefertigt wurden. Dies bedingt eine gewisse Sorgfalt beim Zusammenbau, damit die Laschen rechtwinklig in die Aussparungen gesteckt werden. Beachtet man diesen Hinweis nicht, kommt es zwangsläufig dazu, dass sich die Decklagen des Kartons an den Laschenkanten umbiegen. Der Zusammenbau ist trotzdem möglich, jedoch verursacht die umgebogene Decklage eine Verringerung der Toleranz. Dies führt dazu, dass die Decklage mit höherem Kraftaufwand in das Winkelstück gesteckt werden muss. Achtung: Hierbei handelt es sich nicht um einen Produktmangel! Die bestimmungsgemäße Verwendung wird dadurch nicht eingeschränkt. Wir weisen hiermit darauf hin, dass bereits gebrauchte Geräte bzw. unsachgemäß aufgebaute Geräte von der Mängelhaftung ausgeschlossen sind.



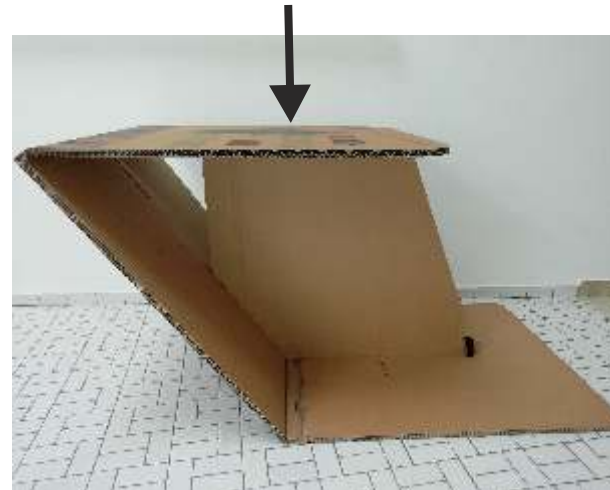
1. Aufklappen - Mitgeliefertes Klettband einführen



2. Winkelstück einsetzen



3. Winkelstück mit Klett-Klipsicherung fixieren

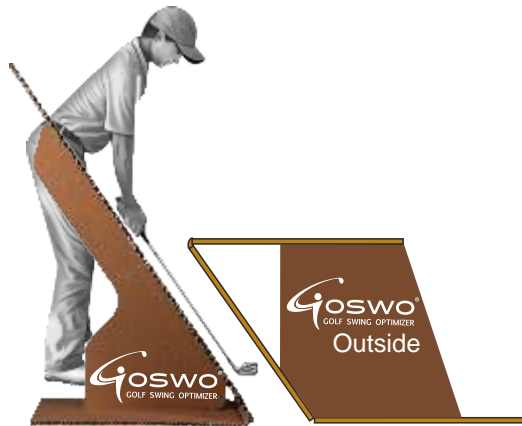


4. Decklage hochklappen und Stecklasche einsetzen

**Achtung bei den Steckverbindungen:  
Laschen rechtwinklig einstecken!!! Beachten  
Sie die oben beschriebenen Hinweise!**

## Outside

*Anti-Slice - Die Kombination aus GOSWO und GOSWO Outside*



Sehr viele Spieler kommen von außen nach innen an den Ball und berühren in der Regel den GOSWO Basic nicht. Um aber auch dem „Slicer“ bereits im Aufschwung seinen Fehler zu zeigen, wird eine Referenzebene „außen“ benötigt. Aus diesem Grund haben wir den GOSWO® Outside entwickelt. Setzt man beim Training beide GOSWO® ein, so entstehen zwei parallele Flächen zueinander, welche die korrekte Schwungbahn des Schlägers vorgeben.

Zuerst wird nur der Aufschwung bis Hüfthöhe trainiert – Schlägerschaft horizontal und parallel zum GOSWO. Diese Übung sollte so lange gemacht werden, bis der parallele Aufschwung sicher und wiederholbar ohne Berührung ausgeführt werden kann. Je nach spielerischem Fortschritt kann die Breite des „Schwungkorridors“ angepasst und ständig verschmälert werden. Erst wenn der Aufschwung fehlerfrei ausgeführt werden kann, sollte das Training mit Rückschwung erfolgen. Schwungübungen mit Rückschwung (bei ausreichendem Platz und Deckenhöhe am Aufstellort) sollten mit großzügiger Breite des Korridors begonnen werden. Je nach Trainingsfortschritt kann auch hier die Breite des „Schwungkorridors“ angepasst und ständig verschmälert werden.

Tipp zum Training mit GOSWO: konzentrieren auf den gestreckten Arm, sowie einer unveränderten Kopfposition (keine Veränderung horizontal und vertikal) führt zu sehr viel besserem Ballkontakt und sicherem Treffmoment.



Viel Erfolg mit Ihrem GOSWO.