

# Le putting : Introduction

Les statistiques révèlent qu'indépendamment du niveau de pratique, le putting est le compartiment du jeu le plus sollicité durant un parcours. Avec environ 40% des coups joués à partir du green, tout golfeur désireux d'améliorer ses scores devra s'entraîner au putting.

*Imaginez une équipe de basket-ball qui durant ces entraînements ne fait jamais de lancers-francs alors que ceux-ci représentent 20 à 25% du nombre de points marqués pendant un match. Pensez-vous qu'elle gagnera beaucoup de match !?*

## Qu'est-ce qu'un bon putt ?

Un bon putt est un putt qui atteint l'objectif fixé :

- **putt court** = **RENTRE LA BALLE DANS LE TROU**
- **putt long** = **RAPPROCHER LA BALLE DU TROU** (se laisser un putt « donné » sur le coup suivant)

## Que signifie bien putter ?

C'est réussir un maximum de bons putts. La valeur de ce maximum dépend bien sûr de votre niveau de pratique. Je reviendrai plus tard sur le % de réussite au putting en fonction de la distance et du niveau de pratique. A titre d'exemple, à une distance d'1m20 du trou, « bien putter » pour Phil MIKELSON signifie rentrer 95% des putts.

## Comment bien putter ?

Contrairement aux autres compartiments du jeu qui possèdent chacun une technique « normative » jugée plus efficace, le putting se distingue par une multitude de techniques efficaces. Regardez les joueurs sur les circuits professionnels et amusez-vous à comparer rien que leurs postures de putting à l'adresse. Combien de différences notez-vous ? Surement beaucoup et pourtant cela ne les empêchent pas de rentrer les putts !

Néanmoins, toutes ces techniques répondent à une même problématique : « **OBTENIR LE ROULEMENT SOUHAITÉ** dans la **UNE DIRECTION DONNÉE** afin de rentrer la balle dans le trou en un minimum de coups. »

Pour cela, il faut :

- **Lire correctement la ligne de putt** de manière à prendre en compte tous les facteurs susceptibles d'influencer la trajectoire de la balle (pentes, sens de l'herbe, etc).
- **Une TECHNIQUE permettant de reproduire avec le plus de constance possible une MECANIQUE permettant de répondre à la problématique ci-dessus.** On entend par mécanique le mouvement de la tête du putter qui permet de reproduire l'impact adéquat entre la balle et le putter.
- **Un PUTTER dont les spécificités sont adaptées à produire la mécanique recherchée.**
- **Croire en ces capacités**, c'est-à-dire avoir des **aptitudes et attitudes MENTALES** permettant d'atteindre un maximum de fois l'objectif fixé, quelle que soit la situation.

**Donc pour bien putter, il faut une cohésion entre :**

