

CHAPITRE**1****Choisir le bon putter**Par David Edel / *Le maître du sur mesure*

Découvrez les différentes formes de tête de club, les hosels, les shafts et les équilibrages variés qui vous permettront de maîtriser parfaitement votre alignement, votre direction et votre vitesse.

p. 13

CHAPITRE**6****Lire les greens comme un pro**Par Mark Sweeney / *La machine des greens*

Supprimez l'aléatoire et remplacez-le par un système qui donnera le roulement de balle parfait à chaque fois.

p. 105

CHAPITRE**2****Maîtriser son stance**Par David F. Wright / *L'expert de l'équilibre*

Les clés sont la largeur du stance, la taille du grip et un nouveau paramètre qui change la manière dont les athlètes de tous les sports prennent leurs postures.

p. 37

CHAPITRE**7****S'aligner au bon endroit**Par Mike Shannon / *Le pro de l'alignement*

Voyez-vous les putts en ligne droite ou en courbe ? La réponse détient le secret de plus d'un putt.

p. 123

CHAPITRE**3****Calibrer son mouvement**Par Mike Adams / *L'analyseur de mouvement*

Comment trouver votre rythme intérieur pour exécuter vos putts avec un contrôle parfait de votre dosage sur tous les greens.

p. 53

CHAPITRE**8****Le secret du golf : le long putter**Par Scott Munroe / *Le disciple du changement*

Comment maîtriser l'exceptionnel roulement que procurent les longs putters et les belly putters pour ressusciter votre putting.

p. 139

CHAPITRE**4****Maîtriser le swing en arc**Par Stan Utley / *Le professeur du tour*

Apprenez la méthode avérée du Tour avec l'homme dont le putting n'a que très rarement été battu et qui consiste à swinguer le putter d'arrière en avant.

p. 69

CHAPITRE**9****S'entraîner efficacement**Par Greg L. Farnsworth / *Le docteur du putting*

S'entraîner est une bonne chose, mais seulement si vous utilisez les bonnes méthodes.

Voici comment structurer vos séances d'entraînement pour un maximum de progrès.

p. 155

CHAPITRE**5****Maîtriser le swing brossé**Par Maggie Will / *La pionnière du mouvement*

Derrière ses trois victoires sur le LPGA Tour se cache le mouvement le plus innovant depuis des années. C'est aussi la clé pour un meilleur roulement de balle.

p. 85

CHAPITRE**10****Soigner tous les maux**Par Marius Filmalter / *Le cerveau de la recherche*

Stress. Tensions. Spasmes. Ce sont tout sauf des hasards – ce sont de vrais défauts.

Voici comment vous en sortir.

p. 169