

TEKST GERARD LOUWER



Getty Images

📷 Een kunst die Jordan Spieth goed verstaat: putten onder druk.

PUTTEN VERDIENT MEER AANDACHT

HAYO BENS DORP EN ROB MOUWEN ZIJN DE TWEE BEKENDSTE PUTT COACHES VAN NEDERLAND. ZE WERK(T)EN MET EEN GROOT AANTAL BEKENDE SPELERS EN TOPTALENTEN. WAT HEBBEN ZIJ TE VERTELLEN OVER THE GAME WITHIN THE GAME?

Een bekende uitspraak is: Putting is a game within the game. Eens of oneens?

Bensdorp: "Eens. Zoals Ben Hogan ooit zei: *golf and putting, they are two different games. One played in the air and the other one on the ground.* Putten is een vaardigheid die zowel precisie als accuratesse vergt en nooit en te nimmer power. Het enige wat je nodig hebt, zijn goede ogen, een goede techniek en een constant tempo in je stroke. Klinkt simpel maar is het niet want de puttingstroke is een fijnmotorische beweging."

Mouwen: "Eens. Putten is qua beweging en timing heel anders dan andere slagen in golf. En bij putten is de green, de grond, heel bepalend voor het resultaat, andere slagen gaan door de lucht, dus ja, putten is zeker een andere materie."

Wanneer en hoe is je fascinatie voor putten ontstaan?

Bensdorp: "In mijn jeugd stond ik altijd al veel te putten maar echt geïnteresseerd raakte ik tijdens de eerste toernooien die ik speelde op de Challenge Tour. Ik dacht dat ik goed kon putten, maar dat bleek erg tegen te vallen. Toen ben ik gaan inzien dat putten het belangrijkste is en dat je het ook echt kan leren."

Mouwen: "In 2007 tijdens een bijscholing in Liverpool van Harold Swash, een Engelsman die zich als een van de eersten in putten verdiepte."

Met welke bekende spelers werk je en heb je gewerkt?

Bensdorp: "Bij de Robert-Jan Derksen Putting Academy

werken we met alle nationale selecties van de NGF. Andere bekende spelers zijn: Reinier Saxton, Jurrian van der Vaart, Lars van Meijel, Joost Luiten, Daan Huizing, Anne van Dam, Dewi Weber, Marcel Siem en de Deense LPGA-speelster Nicole Broch Larsen.”

Mouwen: “Anne van Dam, Maarten Lafeber, Joost Luiten, Christel Boeljon, Dylan Boshart en Pornanong Phatlum, een Thaise speelster die nu 79^{ste} is op de wereldranglijst.”

Wat is het grootste misverstand bij de gewone amateurgolfer over putten?

Bensdorp: “Dat het swingpath het belangrijkste is, dus de swingbaan die de putter tijdens de stroke aflegt. Veel belangrijker is om op het moment van raken het clubface van de putter recht te hebben. Ook wordt onderschat hoe belangrijk een goede techniek is om constant goed te putten. Iedereen kan een keer een goede dag hebben, maar om constant goed te putten heb je een heel solide basis nodig.”

Mouwen: “Dat een putter recht naar achter en recht terug moet bewegen. Dit is biomechanisch en natuurkundig niet reëel. Wil je dit wel bereiken, dan moet je een beweging in een beweging gaan maken, daar wordt de stroke natuurlijk niet constanter van.”

Een tip graag voor al die mensen die steeds die korte putts van een meterje missen.

Bensdorp: “Waar wil je op mikken en kijk of je daar ook echt op gemikt staat. En maak de focus zo nauwkeurig mogelijk. Het is beter om bijvoorbeeld op één grassprietje te mikken dan op een plekje van twee centimeter.”

Mouwen: “Wees veel secuurder met het oplijnen van je putter en het lichaam. En probeer bewuster te worden van de relatie tussen je clubblad en de hole, is dat streepje op het clubblad wel echt op de hole gericht?”

Kun je op de gemiddelde greens in Nederland goed leren putten?

Bensdorp: “Dat is wel lastig, aangezien de bal op de gemiddelde green in Nederland eerder wegspringt dan lijn houdt, dus met een goed geslagen putt de hole mist. Wel is het natuurlijk zo dat bijvoorbeeld Jordan Spieth ook op de greens in Nederland structureel beter putt dan wij allemaal. Hoe beter de speler, des te meer putts hij holet, ongeacht de greens.”

Mouwen: “Als je in Nederland wedstrijden blijft spelen wel. Heb je internationale aspiraties dan moet je snellere greens met *grain* gaan opzoeken. Doe je dat

niet, dan sta je met 1-0 achter tegen de concurrenten die wel ervaring hebben op dat soort greens.”

Is putten op greens met 13 op de stimp een andere sport dan putten op greens met 8 op de stimp?

Bensdorp: “De sport is hetzelfde, het vergt alleen aanpassing qua snelheid en op snelle greens krijgt een putt meer break. Hoe sneller de greens, hoe minder frictie er is tussen de bal en het gras, daardoor worden fouten uitvergroot. Vandaar dat wij in de Academy ook een stuk green hebben met een stimp van boven de twintig. Als je de bal daar niet op lijn laat vertrekken, zie je dat meteen terug.”

Mouwen: “Ben je gewend altijd op 13 of 8 te putten, dan blijft de discipline hetzelfde. Ga je van stimp 8 naar 13 dan worden je greenleesvaardigheden en afstandscontrole enorm op de proef gesteld. De stap van 8 naar 13 is moeilijker dan andersom.”

Kan iedereen goed leren putten?

Bensdorp: “Wat is goed? Iedereen kan met betere basisvaardigheden en flink oefenen zijn of haar niveau verbeteren. Zeker met putts van 2,5 meter en korter kun je veel winst boeken.”

Mouwen: “Vergelijk je putten met de golfswing dan kunnen veel amateurs een hoog niveau halen. Putten vraagt minder van je fysiek en meer van je centrale zenuwstelsel. Het niveau van een Tourspeler benaderen is met putten makkelijker dan met de golfswing.”

Ben je zelf een extreem goede putter?

Bensdorp: “Extreem niet, maar wel goed. In mijn beste rondje ooit, een 63 op Killarney in Ierland, maakte ik negen birdies met slechts 24 putts. Het aantal putts in een ronde zegt me overigens niet veel, wij kijken altijd naar de hoeveelheid *feet* die iemand holet in een ronde.”

Mouwen: “Als ik wedstrijdes doe met mijn leerlingen dan leg ik het meestal af, maar mijn voorbeeldtechniek is wel extreem goed en daar gaat het om als coach.”

Wat doen amateurs vooral verkeerd met putten?

Bensdorp: “Het putten niet of nauwelijks trainen en toch veel verwachten. En men denkt vaak dat gevoel bij putten belangrijker is dan techniek.”

Mouwen: “De putter te veel op een rechte lijn willen bewegen en te veel focussen op het eindresultaat in plaats van het proces waardoor je in staat bent putts te maken.” ▶



Rob Mouwen



Hayo Bensdorp

Waarom oefent de gemiddelde amateur zo weinig op het putten terwijl het de makkelijkste manier is om je score te verbeteren?

Bensdorp: “Dat zit denk ik in de cultuur. Het start bij de golfprofessionals op de clubs, die hebben een voorbeeldfunctie. Zij moeten het putten belangrijker gaan vinden en regelmatig goede lessen aanbieden. Een ander belangrijk gegeven is dat veel golfers niet weten wat ze moeten oefenen, ze doen maar wat op de putting green, dat zie ik ook nog bij betere spelers. In de Academy leren wij mensen niet alleen hoe ze technisch beter moeten putten, maar ook hoe ze dat kunnen trainen. Daardoor beleven mensen veel meer plezier op de putting green en gaan ze ook meer oefenen.”

Mouwen: “Als je een goede swing wilt ontwikkelen, moet je tijd investeren, les nemen en oefenen. Hetzelfde geldt voor een goede puttingstroke. Maar bij het putten ziet men de bal al snel aardig in de richting van de hole rollen. Dus denken veel golfers dat ze best goed kunnen putten. Ik vermoed dat dat een reden is. Amateurs beseffen vaak niet dat putten definitief is. Sla je een bal links de bossen in, kun je nog steeds een par maken met een goede herstelslag. Iedere gemiste putt, hoe kort ook, kost je een slag, herstellen is niet meer mogelijk. Op die manier probeer ik amateurs de waarde van putten beter te laten begrijpen. Vervolgens is het de keuze van de speler om wel of niet aan het putten te werken.”

Wie is de beste putter van Nederland?

Bensdorp: “Daan Huizing. Zijn snelheidscontrole is optimaal en hij kan de putts op de juiste lijn laten vertrekken. Daan heeft ook goede ogen, kan de lijnen lezen en ziet de breaks.”

Mouwen: “Uiteraard Joost Luiten. Je hoort vaak dat Joost geen goede putter is, maar dat is natuurlijk onzin. Als je een slechte putter bent, win je niet zes toernooien op de European Tour. Ik zeg trouwens tegen al de NGF-spelers, Tourspelers en topamateurs met wie ik werk dat ik hen de beste putters van Nederland ga maken. Die droom mag ik natuurlijk niet wegnemen...”

Je hebt Joost Luiten gecoacht (Bensdorp in 2016/2017 en Mouwen van 2011 tot 2016). Wat vind je van het putten van Luiten als je nu naar hem kijkt?

Bensdorp: “Joost heeft enorme stappen gemaakt en is structureel een veel betere putter dan een paar jaar geleden. Wij hebben met Joost vooral aan onze eerste drie fundamentals gewerkt: 1. positie ogen (eyes) 2. balans (balance) 3. mikken (aim). En veel meer structuur aangebracht. De setup is nu heel solide, van daaruit kan hij zich verder ontwikkelen. Het belangrijkste waarin Joost op de greens nog grote stappen kan maken is met zijn ritme en tempo, die zijn wisselvallig. Dat is de reden dat hij soms fantastische dagen op de greens heeft en ook dagen dat hij *niets* holet.”

Mouwen: “In de periode dat ik met Joost werkte, is hij van rond de honderdste naar de 28^{ste} plaats gestegen op de wereldranglijst, inclusief drie Tourzeges. Zulke prestaties behaal je alleen met goed putten. Wat Joost momenteel mist, is constantheid. Zijn kenmerk is een korte, felle stroke, dat zit in zijn DNA en moet behouden blijven. Waar Joost alert op moet zijn is de overgang van backswing naar downswing, die transitie is soms te fel, dan manipuleert hij zijn clubblad en dat gaat ten koste van richting en snelheid. De transitie moet vloeiend blijven maar onder druk zie je dat soms verdwijnen. Door die transitie te trainen, onder andere met bewegingsvarianten, kan Joost nog beter gaan putten. Bij zijn overwinning in Oman zag de overgang van backswing naar downswing er trouwens heel goed uit.”

Noem de drie beste putters van de wereld?

Bensdorp: “Jordan Spieth, Jason Day, Phil Mickelson. Als je kijkt naar de statistiek die wij ook in onze Academy gebruiken, (de afstand in *feet* die een speler per ronde holet), dan komen deze spelers bovendien. Ook die geweldige putters hebben wel eens een dipje maar over een langere periode zijn ze heel sterk en, daar gaat het natuurlijk ook om, ze hollen putts op de belangrijke momenten.”

Mouwen: “Om deze vraag goed te beantwoorden moet de vraag specifieker. Gaat het om techniek of scorend vermogen? Met andere woorden, wat bepaalt goed putten? Uitvoering is veel doorslaggevend dan techniek! Zo vind ik Jordan Spieth een matige techniek hebben maar is hij één van de beste uitvoerders! Spieth excelleert op de momenten dat het erom gaat, gaat beter putten als de druk groter wordt.

“

Een gefitte putter helpt je bij het oplijnen en zorgt voor een beter balcontact

Dat heeft hij te danken aan de manier waarop hij gecoached is binnen de trainingsleer. Voor Tiger geldt hetzelfde, al vind ik zijn techniek een stuk beter dan die van Spieth. Over de laatste vijftien jaar gemeten is Luke Donald statistisch trouwens de beste.”

Met welke golfer(s) (NL of buitenlander) zou je het liefst willen werken?

Bensdorp: “De golfer die bereid is veel tijd en energie aan het putten te besteden. Wat misschien nog niet veel mensen weten, is dat ook golfers tot handicap 10 bij onze Academy kunnen lessen mits ze supergemotiveerd zijn.”

Mouwens: “Een gemotiveerde golfer is voor mij het belangrijkste. Tourspeler of (top)amateur, iedereen is welkom in mijn studio. Mijn passie is het coachen van spelers die beter willen leren putten.”

Putter fitten, ja of nee?

Bensdorp: “Ja, het is het allerbelangrijkste als je beter wilt leren putten. Onze eerste sessie beginnen wij altijd met fitten.”

Mouwens: “Zeker! Een gefitte putter helpt je bij het oplijnen, werkt mee in je stroke en zorgt voor een beter balcontact. Als mensen het putten serieus nemen, moeten ze Hayo of mij beslist eens opzoeken om de putter goed te laten fitten. Dan ben je zeker dat de putter jou helpt.”

Wat is je grootste ergernis als puttcoach?

Bensdorp: “Dat putten nog steeds niet serieus genoeg genomen wordt. Bij de aankoop van een nieuwe driver



Golfsupport.nl

moet alles kloppen, wordt de Trackman erbij gehaald om alles te testen. Putters kiezen mensen vaak omdat ze 'm er mooi uit vinden zien of omdat-ie wel lekker voelt bij die eerste paar puttjes. Zelfs op de European Tour zie ik dat soms gebeuren, amateuristisch en als je veel van putten weet eerlijk gezegd ook onbegrijpelijk.”

Mouwens: “Een ergernis heb ik niet, wel verbaas ik me vaak over de hoge verwachtingen van amateurs bij het putten. Op het allerhoogste niveau wordt ongeveer vijftig procent van alle putts van 2,5 meter gemaakt. Hoeveel van die putts denk je te gaan halen als je niet of nauwelijks oefent? Een iets reëler beeld van het putten bij de gemiddelde amateur zou geen kwaad kunnen.” 

 Joost Luiten is een structureel betere putter dan een paar jaar geleden.