

# Regenwetter- na und!



Um diese Aussage treffen zu können, sind drei wesentliche Bedingungen erforderlich:

1. Bereiten sie sich gut vor
2. Organisieren sie sich auf der Runde
3. Denken sie positiv

## 1. Gute Vorbereitung- weniger Stress auf der Runde

Denken sie nicht nur an die Regenkleidung, sondern auch an die Temperaturen. Packen sie zusätzliche Socken oder einen zusätzlichen Pullover ein. Kontrollieren sie die Wasserdichtigkeit ihrer Schuhe und den Zustand der Spikes. (Bei Gelenkschäden empfiehlt sich ein Schuh ohne Spikes) Packen sie Tees, Pitchgabeln und Ballmarker in die Taschen ihrer Regenhose oder -jacke. Bereiten sie ihren Spielball und Ersatzbälle mit ihrer persönlichen, wasserfesten Markierung vor und verstauen sie diese griffbereit.

Nehmen sie unbedingt zwei Handtücher mit - eines für die Schläger und das andere für ihre Hände, letzteres befestigen sie am besten mit einer Wäscheklammer am Schirm. Scorekarte regengeschützt mit dem Bleistift in den Scorekartenhalter. Evtl. ein warmes Getränk in der Thermosflasche mitnehmen, sowie die Rundenverpflegung wassergeschützt unterbringen. Verpacken sie einen Ersatz-Regenhandschuh in Plastik und setzen sie zum Schluss die Regenhaube auf ihr Bag – und vergessen sie nicht zu lächeln.

## **2. Organisieren Sie sich auf der Runde**

Das Wichtigste haben sie schon erledigt. Spannen sie ihren Regenschirm in einen Regenschirmhalter. Achten sie darauf, dass dieser richtig befestigt ist.

Sollte der Griff ihres Schlägers nass werden, haben sie zwei Handtücher zur Auswahl. Wechseln oder ergänzen sie ihre Kleidung wenn möglich in einer Wetterschutzhütte. Fragen sie vor der Runde nach den Standorten der Wetterschutzhütten. Lächeln sie die Regentropfen einfach weg.....

## **3. Denken sie positiv**

Bei schönem Wetter kann ja jeder spielen und auch ihre Mitspieler müssen sich dem gleichen Wetter stellen. Mit guter Laune verschaffen sie sich einen Vorteil gegenüber ihren Mitspielern.

Auch wenn Regenbekleidung die Bewegungsfreiheit einschränken kann, versuchen sie, durch einen kürzeren, kompakteren Schwung die Kontrolle zu behalten. Vergessen sie nicht: Auch wenn die Sonne sich nicht zeigt, frische Luft und Bewegung sind immer gut fürs Gemüt.

Viele Grüße Lara