



## Otro punto de vista del golf

**L**ynn Marriott y Pia Nilsson son las co-fundadoras de una de las mejores Escuelas de Golf en la actualidad. Las dos son internacionalmente reconocidas y expertas en los mecanismos del swing de golf. Lo que las diferencia y las hace únicas es la creencia que tienen sobre los seis aspectos fundamentales para lograr conseguir que un golfista alcance su máximo potencial.

No en vano, Lynn y Pia consideran que la técnica es solamente una parte del juego, por lo que es necesario trabajar sobre todos los aspectos para conseguir el máximo rendimiento de los golfistas que trabajan con ellas. De ahí que se les conozca como las Entrenadoras Completas del Golf.

### Afán de superación y mejora

Con objeto de difundir esta interesante filosofía de trabajo y ampliar el abanico de puntos de vista sobre la formación de este deporte, el Comité Técnico Profesional de la Real Federación Española de Golf organizó en el Centro Nacional de Golf el Seminario de VISION 54, al que acudieron 80 participantes interesados en completar y complementar lo más posible la base y los cimientos de su trabajo diario. Entre los asistentes había entrenadores nacionales, entrenadores territoriales, profesores, profesionales y psicólogos, un variado grupo de personas unidas por el afán de

superación y mejora.

Entre los múltiples conceptos importados, Lynn Marriott y Pia Nilsson hicieron especial hincapié en un concepto sobre el que se edifica su método de enseñanza: la armonía y el equilibrio de todas aquellas cuestiones que están relacionadas en el aprendizaje del golf. Los seis aspectos que deben estar en armonía y en equilibrio son, según Lynn Marriott y Pia Nilsson, los siguientes:

“**Vision54 es un concepto global del golf en el que todos los aspectos relacionados con la enseñanza tienen que estar en armonía y equilibrio**”





## El nombre de VISION 54 nace de la creencia que Lynn y Pia tienen de que es posible hacer 18 birdies, es decir, 54 golpes en un recorrido de par 72

- Aspecto Físico (physical)
- Aspecto Técnico (technical)
- Aspecto Mental (mental)
- Aspecto Emocional (emotional)
- Aspecto Social (social)
- Aspecto del Espíritu por el Juego (spirit of the game)

El nombre de VISION 54 nace de una creencia que Lynn y Pia tienen, y es que las dos consideran que es posible hacer 18 birdies, es decir, 54 golpes en un recorrido de par 72. La suma de los seis aspectos daría como resultado 54:

$$F + T + M + E + S + E = 54$$

### Aspecto Físico

Se debe entender la conexión entre el cuerpo y el swing. El swing es el reflejo de lo que el cuerpo puede hacer. Los jugadores de elite deben ser atletas.

$$F + T + M + E + S + E = 54$$

### Aspecto Técnico

No hay que intentar copiar el swing de los grandes jugadores, sino crear el mejor swing para cada uno. Todos somos diferentes. Por ejemplo, el gesto tan característico de Annika Sorenstam de mirar al objetivo durante la bajada nació de una

limitación física en el cuello. En el impacto su cuerpo se quedaba un poco retrasado y practicó ejercicios de traslado de peso hacia delante.

VISION 54 considera que el swing es técnicamente bueno cuando el jugador es capaz de pegar los golpes que quiere en el campo y bajo presión. "Pegar un montón de bolas en el campo de prácticas puede significar que lo has entendido, pero no ayuda al desarrollo del jugador".

$$F + T + M + E + S + E = 54$$

### Aspecto Mental

Se dice que podemos tener 70.000 pensamientos en un día. Esto es lo que tenemos que aprender a controlar y manejar de manera correcta. Todos los seres humanos tenemos conversaciones internas con nosotros mismos y se debe considerar como una habilidad mental que hay que practicar. Durante un recorrido de golf (4-5 horas), dos son los aspectos fundamentales que se deben manejar:

Tomar decisiones y comprometerse con ellas

Controlar y manejar nuestras conversaciones internas.

$$F + T + M + E + S + E = 54$$

### Aspecto Emocional

Cuando tenemos emociones, las hormonas se segregan por el cuerpo. El control de las emociones afecta a la técnica. Por eso se deben trabajar la conciencia y el manejo de las emociones.

$$F + T + M + E + S + E = 54$$

### Aspecto Social

¿Cómo nos relacionamos con la gente? ¿Y con el caddy? En algunas ocasiones dejamos que el caddy lea la caída y luego no le creemos. Eso es un aspecto social. Por eso se deben traba-

jar las limitaciones que pueda tener un jugador en las relaciones con otras personas.

$$F + T + M + E + S + E = 54$$

### Aspecto del Espíritu por el juego

En muchas ocasiones las preguntas que se les hacen a los jugadores están enfocadas al resultado ¿Cuántas has hecho? ¿Cómo vas en el ranking? Debemos preguntarnos ¿Por qué juego al golf? ¿Quiero jugar al golf? Hay que encontrar las motivaciones intrínsecas de los jugadores.

En relación con los seis aspectos expuestos con anterioridad, Pia y Lynn consideran que todos son importantes, si bien, cuando se quiere llegar a

conseguir el máximo rendimiento con un jugador, el 'espíritu por el juego' es muy importante ya que si el jugador no tiene la ambición o no tiene objetivos, ese espíritu por el juego se puede perder y desequilibrar todos los demás, limitando por tanto el rendimiento del jugador.

### Teoría de entrenamiento o enseñanza

Pia y Lynn mantienen la existencia de dos sistemas de enseñanza. Para ello, utilizaron el ejemplo de unos barriles: el barril X y el barril Y.

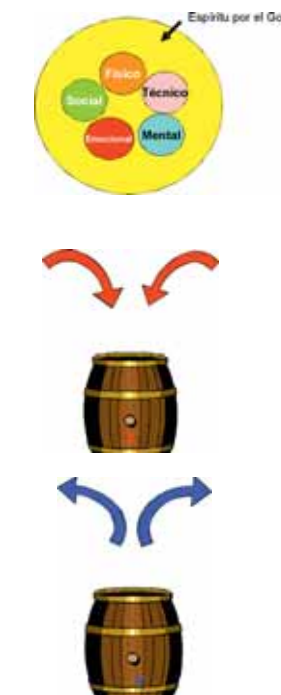
### Barril X

El barril X se debe rellenar con todos los conocimientos que tiene el profe-

sor. En este caso, ¿quién sería el experto? La respuesta es: el profesor. Pia y Lynn creen que con este sistema no se crea el mejor potencial de los alumnos y consideran que está basado en decir cosas. Con este sistema el alumno puede tener demasiada dependencia del profesor.

### Barril Y

En este caso el papel del profesor es intentar sacar toda la información al alumno. Es el propio jugador quien va aportando al profesor (aprendizaje por descubrimiento). El lema de Pia y Lynn es "Hazte a ti mismo, tu mejor entrenador", "tú eres el más experto sobre ti mismo". ✓



**ESPECIALISTAS EN TROFEOS DE GOLF Y OBJETOS PROMOCIONALES**  
[www.champion-international.com](http://www.champion-international.com)

**Champion International**

SOLICITE NUESTRO CATÁLOGO EN:  
[info@champion-international.com](mailto:info@champion-international.com)  
 Tel.: 96 276 30 93

**ESPECIALES**

C/Atenas 14D  
 Apartado correos 266  
 C.P. 46185  
 La Pobla de Vallbona  
 Valencia