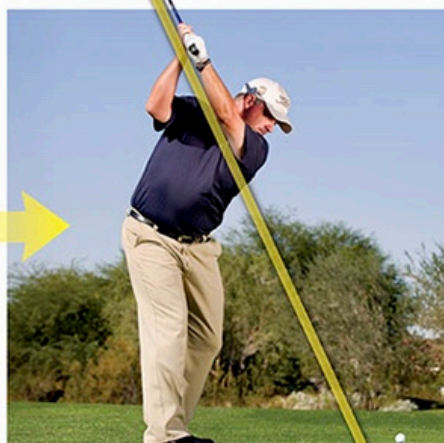
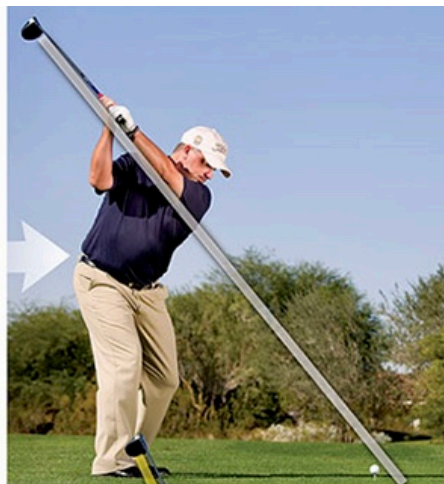


Maîtriser les effets d'une balle



DRAW => une balle qui va partir initialement à **droite** de la cible pour revenir vers elle

Stance et corps **fermés** (à droite)
 Grip + **fort** (facultatif)
 Face de club alignée à la cible
 Se sentir + **loin** de la balle
 Mouvement arrondi + **plat** (autour de notre colonne vertébrale)
 Sensation que **les mains liffent la balle après l'impact**

FADE => une balle qui va partir initialement à **gauche** de la cible pour revenir vers elle

Stance et corps **ouvert** (à gauche)
 Grip + **faible** (facultatif)
 Face de club alignée à la cible
 Se sentir + **proche** de la balle
 Mouvement direct + **vertical** (poussée du bras gauche direct)
 Sensation de **ne pas utiliser les mains après l'impact**

