

Afstandstabel Let's Golf - Matrix

Opstellen van een afstandstabel per golfclub

Instructies:

1. Sla 10 ballen per club per swing (1/4, 1/2, 3/4 en Full Swing).
2. Houd de afstand binnen de volgende tolerantie en negeer andere slagen:
 - Wedges: +/- 10 meter
 - Irons: +/- 20 meter
 - Hybrides/Woods/Driver: +/- 30 meter
3. Verwijder de uiterste waarden (kortste en langste afstand).
4. Noteer de overgebleven kortste en langste waarde als het resultaat.

Voorbeeld:

- IJzer 9 - Full Swing (Carry-afstand)
 - Gemeten waarden: 133, 128, 140, 121, 127, 127, 137, 123, 129, 130
 - Verwijder de uiterste waarden (140 & 121)
 - Resultaat: 123 - 137 meter (carry-afstand)

Betekenis van de swings:

- 1/4 Swing: P1 - Begin backswing (de club beweegt tot ongeveer heuphoogte met minimale polsactie)
- 1/2 Swing: P2 - Takeaway (de club komt tot ongeveer borsthoogte, waarbij de polsen beginnen te buigen)
- 3/4 Swing: P3 - Backswing (de club komt bijna tot schouderhoogte, met volledige polsactie en rotatie)
- Full Swing: P4 - Top van de swing (maximale backswing, waarbij de club volledig achter het hoofd is gepositioneerd)

Afstandsmatrix Wedges

Club	Loft (°)	1/4 Swing Carry	1/4 Swing Total	1/2 Swing Carry	1/2 Swing Total	3/4 Swing Carry	3/4 Swing Total	Full Swing Carry	Full Swing Total
PW	44°								
AW	49°								
GW	52°								
SW	56°								
LW	60°								

Afstandsmatrix Irons

Club	Loft (°)	1/4 Swing Carry	1/4 Swing Total	1/2 Swing Carry	1/2 Swing Total	3/4 Swing Carry	3/4 Swing Total	Full Swing Carry	Full Swing Total
9	39°								
8	34°								
7	30°								
6	27°								
5	23°								
4	20°								

Afstandsmatrix Hybrides/Woods/Driver

Club	Loft (°)	1/4 Swing Carry	1/4 Swing Total	1/2 Swing Carry	1/2 Swing Total	3/4 Swing Carry	3/4 Swing Total	Full Swing Carry	Full Swing Total
Hybride 5									
Hybride 7									
3-Wood									
5-Wood									
7-Wood									
Driver									

Meer informatie & contact

Wil je jouw golfafstanden nauwkeurig meten? Plan een sessie bij Let's Golf!

📍 Let's Golf - Indoor Golfcentrum 🌐 www.letsgolf.be | ✉ info@letsgolf.be |

☎ 053 78 11 90

Powered by Trackman - Fitting centrum TaylorMade

Referentiewaarden per club - Goede amateur speler

Club	Loft (°)	Carry afstand mannen (m)	Totale afstand mannen (m)	Carry afstand vrouwen (m)	Totale afstand vrouwen (m)	Afwijking (± m)
Driver	8-13,5	200	230	150	175	±15
3-Wood	13-15	185	215	140	165	±12
5-Wood	18-19	170	200	130	155	±12
7-Wood	21-22	160	190	120	145	±10
Hybride 3	18-19	175	195	135	160	±10
Hybride 5	24-26	155	175	115	140	±10
IJzer 7	30-32	130	150	90	115	±8
IJzer 9	38-40	110	130	70	95	±7
PW	44-46	100	120	60	85	±6
SW	54-56	80	100	50	65	±5

Meer informatie & contact

Wil je jouw golfafstanden nauwkeurig meten? Plan een sessie bij Let's Golf!

 **Let's Golf - Indoor Golfcentrum**  www.letsgolf.be |  info@letsgolf.be |  **053 78 11 90**

Powered by Trackman - Fitting centrum TaylorMade

Bijlage 1: Afstandstabel met referentiewaarden

Afstandstabel per club										
Let's Golf - Indoor Golfcentrum- www.lets golf.be - info@lets golf.be - 053781190										
Club	Loft (°)	Carry Afstand (m)	Totale Afstand (m)	Afwijking (± m)	Loft (°)	Carry afstand man (m)	Totale afstand man (m)	Carry afstand vrouw (m)	Totale afstand vrouw (m)	Afwijking (± m)
uw metingen - Datum:					Referentie waarden					
Driver					8 - 13,5	200	230	150	175	±15
3-Wood					13-15	185	215	140	165	±12
4-Wood					16-17	180	210	135	160	±12
5-Wood					18-19	170	200	130	155	±12
7-Wood					21-22	160	190	120	145	±10
9-Wood					23-25	150	180	110	135	±10
Hybride 2					16-17	180	200	140	165	±10
Hybride 3					18-19	175	195	135	160	±10
Hybride 4					21-22	165	185	125	150	±10
Hybride 5					24-26	155	175	115	140	±10
Hybride 6					28-32	150	170	110	135	±9
Hybride 7					33 -36	140	160	100	125	±8
IJzer 3					18-20	170	190	130	155	±10
IJzer 4					20-22	160	180	120	145	±9
IJzer 5					22-24	150	170	110	135	±9
IJzer 6					26-28	140	160	100	125	±8
IJzer 7					30-32	130	150	90	115	±8
IJzer 8					34-36	120	140	80	105	±7
IJzer 9					38-40	110	130	70	95	±7
Pitch					44-46	100	120	60	85	±6
Approach					48-50	95	115	58	80	±6
Gap					50-52	90	110	55	75	±5
Sand					54-56	80	100	50	65	±5
Lob					58-60	70	90	40	55	±5

Let's Golf Indoor Golfcentrum- www.lets golf.be - info@lets golf.be - 053781190

Powered by **Trackman** - Fitting centrum **TaylorMade**

Bijlage 2: Lege afstandstabel per club

Afstandstabel per club				
Let's Golf - Indoor Golfcentrum- www.lets golf.be - info@lets golf.be - 053781190				
Club	Loft (°)	Carry Afstand (m)	Totale Afstand (m)	Afwijking (± m)
Uw metingen - Datum:				
Driver				
3-Wood				
4-Wood				
5-Wood				
7-Wood				
9-Wood				
Hybride 2				
Hybride 3				
Hybride 4				
Hybride 5				
Hybride 6				
Hybride 7				
IJzer 3				
IJzer 4				
IJzer 5				
IJzer 6				
IJzer 7				
IJzer 8				
IJzer 9				
Pitch				
Approach				
Gap				
Sand				
Lob				
Let's Golf Indoor Golfcentrum- www.lets golf.be - info@lets golf.be - 053781190				

Powered by **Trackman** - Fitting centrum **TaylorMade**