

## MIKE AUSTIN:

# „It's all about the hands!“

## ENDLICH SPIELEN WIE DIE PROFIS

Es ist wohl der Traum eines jeden Amateur-Golfers: Am Abschlag legt man seinen Ball auf das Tee, ein angedeuteter Probeschwing, und mit einem Zischen fliegt der Ball lang und gerade aufs Fairway. Nichts zwickt, einfach nur ein perfekter runder Schlag. Man hat eine verlässliche Bewegung, mit der sich diese Schläge jederzeit abrufen lassen. Wer sich jedoch mit wachen Augen die Golfzene anschaut, stellt bald fest, dass diese Vorstellung für die meisten Golfer tatsächlich nur ein lebenslanger Traum bleiben wird...

**D**abei scheint der Grund für diesen unerfüllten Traum recht simpel zu sein: Verfolgt man beispielsweise im Internet die Diskussion in den einschlägigen Foren über den Golfschwung und den Trainingsmarkt scheint es fundamentale Unterschiede zwischen dem Golf der Tourspieler und der Standardlehre zu geben.

sten Amateure sind auf eine allgemein gängige Lehrmeinung hereingefallen, die aber absoluter Unsinn ist: Man hätte, wenn man es in diesem Spiel zu etwas bringen möchte, seinen Körper während des Schwungs absolut still zu halten. Schau Dir daraufhin jeden einzelnen Pro an und Du wirst sofort erkennen, wie sehr wir uns alle während des Schwungs bewe-

nem PGA-Turnier geschlagen: 515 Yards (471 m). Doch das ist längst nicht alles. So schrieb die L.A. Times im Jahre 2001 ein Portrait über Mike Austin mit dem Titel: „The Man Who Cracked The Code“. Darin wird deutlich, dass Austin sein Wissen über Engineering, Physik und Anatomie so verdichtet hat, dass James Achenbach darüber sagt: „Er hat es wirklich geschafft. Seine Liebe zum Golf, seine Intelligenz und seine Neugier kombiniert mit seinen Kenntnissen in Physik und Anatomie haben ihm ermöglicht, eine konzeptionell perfekte Beschreibung aller Einzelbewegungen zu entwickeln.“

Nun ist Austin leider im Jahre 2005 im hohen Alter von 96 Jahren verstorben. Allerdings gibt es Bücher und DVDs von und über ihn, in denen detailliert seine Konzepte beschrieben werden und glücklicherweise auch einige wenige, die in der Lage sind, sein einzigartiges Wissen Schülern zu vermitteln. Einer von ihnen ist Heiko Falke aus Hamburg.

Falke ist studierter Physikingenieur und ein Golf-Maniac seit frühesten Jugend – und er hatte sein persönliches Erweckungserlebnis in Sachen Golf: 1991 bei den BMW-Open in München Eichenriede jobbte Falke während seines Studiums als Caddie für Juan Quirós (heute ein erfolgreicher Senior Tour Spieler). Als er hautnah miterlebte, wie der „kleine dicke Spanier“ mühelos 270-m-Abschläge machte, keimten bei ihm die ersten Zweifel an der herkömmlichen Lehre. Als er dann auch noch sah, wie Fred Couples bei Rückenwind fast schon lässig seinen Drive auf ein 330 m entferntes, von Wasser verteidigtes Minigrün legte, stand sein Entschluss fest: Eine wissenschaftlich wasserdichte Analyse der Top-Spieler musste her.

Heiko Falke studierte die einschlägige Golf-literatur, fand aber kein „physikalisches Muster“. Dann stieß er im Internet auf den Mann,

der offenbar den Code geknackt hatte: Mike Austin. Als Physiker konnte sich Falke natürlich nicht auf die Aussagen eines einzelnen Herrn verlassen. Er unterstellte, dass Austins Ansichten richtig sind und überprüfte die Thesen des Longhitters in jahrelanger Detailarbeit anhand von Büchern, Interviews und Videos von Major-Siegern und erfolgreichen Tourspielern. Das Ergebnis war eine volle Übereinstimmung. Falke hat sich daraufhin die Domain mikeaustin.de gesichert und machte in Portland bei einem Schüler von Austin eine Ausbildung zum Mike Austin Teacher. Und es war ihm sogar vergönnt, Mike Austin zwei Monate vor seinem Tod noch persönlich zu treffen.

An einem Samstagnachmittag klopfte Falke in der Irondale Avenue in Woodland Hills, Los Angeles an Austins Tür. Im Vorgarten stand Austins weißer Cadillac Eldorado, der sicherlich seit 20 Jahren nicht mehr bewegt worden war. Auf ein leises „Come in!“ trat er ein und stand mitten in Austins Wohnzimmer, dieser war nach einem Schlaganfall ans Bett gefesselt. Mit einer Baseballmütze auf dem Kopf saß die Golflegende aufrecht im Bett und verfolgte auf einem Großbildfernseher eine Golfübertragung. Nach einigen Minuten Small Talk sah Austin Falke tief in die Augen und fragte ihn „Do you know what it's all about?“. „No Sir, not yet!“ antwortete Falke erwartungsvoll. „It's all about the hands, you know?“

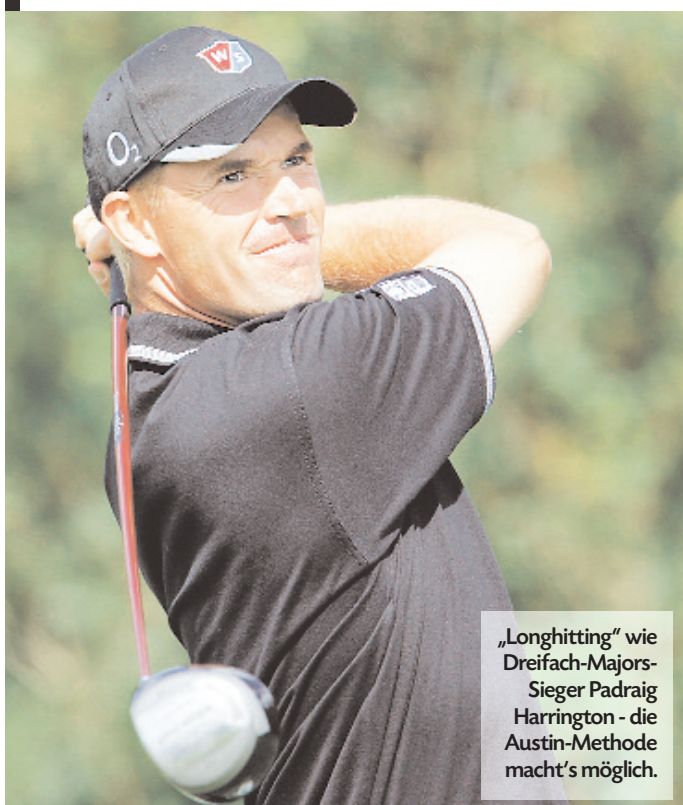
sagte der 96jährige Pro, nahm einen verkürzten Schläger in die Hand und demonstrierte die korrekte Handaktion. „Many people have good body action, but only a few have proper hands action,“ erklärte er weiter. Es folgte ein intensiver Austausch über die physikalischen und physiologischen Zu-

sammenhänge im Golfschwung.

Mittlerweile hat Heiko Falke etwa 130 Schüler nach Austins Konzepten mit großem Erfolg trainiert. Nick Stolterfoht (51) aus Wien beispielsweise kam im April 2008 mit Hcp. 10 zum Bootcamp nach Hamburg. Im Herbst meldete er die erste PAR-Runde. Heute hat Nick Hcp. 6,5 und spielt im Turnier regelmäßige Runden um PAR.

Aber auch Anfänger sind von Falkes Austin-Lehre begeistert. Einer von ihnen ist der 45 Jahre alte Hamburger Kommunikationsberater Herbert Stoffels. Im Herbst 2008 trafen sich die Beiden zu einer ersten Übungsstunde. Mit der Hilfe von Heiko Falke lernte Stoffels erst einmal wieder beweglich in den Hüften zu werden. „Ein perfekter Golfschwung lebt nicht zuletzt von der Gewichtsverlagerung von der rechten auf die linke Hüfte beim Treffen des Balles,“ so Falke.

Fünf Trainerstunden und einige Wochen Eigentraining später, freuen sich Schüler und Trainer bei der Abnahme der DGV-Platzreife über gelungene, weite Abschläge und ehrliche 20 Stablefordpunkte auf neun Löchern. „Vor dem Einschlafen erinnerte ich mich an die



„Longhitting“ wie Dreifach-Majors-Sieger Padraig Harrington - die Austin-Methode macht's möglich.

Da liegt der Verdacht nahe, dass es sich beim Erlernen des perfekten Golfschwungs um ein gut gehütetes Geheimnis handeln muss, dass zu kennen nur einer elitären Kaste vorbehalten ist. Und tatsächlich: Neben der PGA findet man zahlreiche Gurus und Propheten, die angeblich „das Geheimnis“ gelüftet haben. Folgt man jedoch Insidern, wie dem dreifachen Major-Sieger Padraig Harrington, wird klar, dass die Vermittlung eines richtigen Golfschwungs alles andere als Geheimniskrämerie ist, sondern das genaue Gegenteil: ein wissenschaftlich fundiertes Konzept. „Die mei-

gen. Ja, wir schwanken regelrecht mit unserer Körperachse hin und her, was ja nach dem Lehrbuch geradezu ein Verbrechen ist.“ Und der angesehene Golfjournalist James Achenbach, der über 1000 Trainer weltweit bei ihrer Arbeit begleitet hat, weiß auch wer die Grundlagen für das Golf der Top-Spieler geschaffen hat: Mike Austin.

Kein geringerer also, als D E R Longhitter des Golfsports. Mike Austin war ein wichtiger Impulsgeber der Golfkone Ben Hogan und hat am 25. September 1974 im Alter von 64 Jahren in Las Vegas den bisher längsten Drive in ei-



Austin-Schule perfekt: Heiko Falke (rechts) „legt Hand“ an einen Schüler, um ihm das „richtige“ Bewegungsgefühl zu vermitteln.

perfekte Flugkurve einiger meiner Bälle und am Morgen wurde ich wach und freute mich riesig: Mit Austins Schwungkonzept kann ich die Kugel jetzt immer wieder so schlagen!“ (r+w)

Weitere Informationen unter:  
[mikeaustin.de](http://mikeaustin.de)