

**Minigolf i folkmun, bangolf för de insatta. Oavsett vad man kallar det är utövarna fenomenalt duktiga på att putta. En av dem är Hans Olofsson och han är världsmästare på det vi alla önskar vi vore bättre på.**

TEXT JENNY OLSSON

## **En mästare på att putta**

Åkersberga Närspelscenter utanför Stockholm är ett paradiset för den närspeltokige. Det är en inomhusanläggning för golfråning och här finns riktiga bunkrar, chip- och pitchytor, golfsimulatorer och en stor puttinggreen av konstgräs. Vilket annat ställe vore bättre för att träffa Hans Olofsson, en av världens bästa bangolfare.

– Det som är så kul med bangolf är kombinationen av bollkänsla och bollteknik. Det är ganska tekniskt avancerat med hur mycket skruv som behövs i tillslaget och vilken boll som passar till vilken bana. Vi spelar på tre olika underlag filt, eternit och betong, och det finns tusentals olika bollar som passar beroende på underlag. Sedan spelar förstas väder och vind in, vilket man alltid måste ta med i beräkningen, men i slutändan är det ändå puttningen och precisionen som avgör vem som är bäst, säger Hans Olofsson.

Även om Hans är relativt okänd för oss vanliga golfare är han välkänd i bangolfkretsar. Han har vunnit det mesta inom sporten och är flerfaldig svensk mästare i lag och individuellt. 2001 och 2003 var han med i det svenska herrlaget som blev världsmästare.

– Min satsning har hela tiden varit på bangolfen. Jag hade ett kortare uppehåll när jag pluggade i Stockholm och då låste jag in klubborna i garderoben ett tag. Det var precis efter VM 1999 och jag hade inte riktigt tiden eller lusten att satsa tillräckligt mycket då. För tillfället spelar jag inte heller så mycket men jag börjar känna mig lite sugen igen.

### **Bangolfen har långa anor**

Bangolf har funnits i Sverige sedan 1932 då den första klubben bildades i Eskilstuna. Sporten är kanske mer känd som minigolf, den klassiska fritidsföreteelsen under somrarna, men i tävlingssammanhang har den kallats bangolf sedan 1982. I

Sverige finns det ungefär 120 klubbar som är med i Svenska Bangolfbundet och i stort sett alla klubbar har egna banor. Om man sedan lägger till de uppemot 1000 banor som finns på campingplatser och nöjesparker runt om i landet förstår man att sporten är ganska stor.

Hans började själv leka med boll och klubba redan som 3-åring då hans pappa Ted var med och startade en minigolfklubb hemma i Kungälv. Hans tyckte att det var roligt att vara med och det dröjde inte länge förrän han blev biten. Idag har han hunnit bli 31 år och har gjort sig ett namn inom sporten. Han har tillhört landslaget sedan början av 90-talet, men eftersom det krävs mycket för att spela på toppnivå och han under de senaste åren fokuserat på den civila karriären är han numera inte särskilt aktiv.

– På landslagsnivå har bangolf haft en stark utveckling. Sportsligt sätt spelas det på en hög nivå och de svenska spelarna är ruskigt bra helt enkelt. Just nu spelar jag inte för landslaget, det har bara blivit en del seriespel och några mindre 2-mannalagstävlingar för att hålla igång, men i år tänker jag nog spela SM, berättar Hans.

### **Behärskar alla underlag**

SM i bangolf avgörs i Uppsala 12-15 juli. I år kommer man för första gången att köra ett nytt upplägg med spel på kombinerade banor, sex rundor på vardera filt- och Europabana. Eftersom Hans behärskar alla underlag lika bra tror han att han kan ha en bra chans att vara med i tättstriden.

– Ställer jag upp i SM är väl jag en av de mest fruktade spelarna. Det finns där i kroppen, det är bara det att jag inte spelar så mycket.

En bangolfbana består alltid av 18 hål. På de gröna filtbanorna, som är de vanligaste i Sverige, brukar landslagsspelarna i regel gå runt under 30 slag. Eternitbanor, eller Europabanor som de också kallas, är vanligast på kontinenten. De är



## Fakta om Hans Olofsson

**Namn:** Hans Olofsson

**Ålder:** 31

**Bor:** Stockholm

**Yrke:** Event- och konferensansvarig på Siggesta Gård och det egna företaget Swedish Putting AB

**Familj:** Sambo

**Handicap:** 15

**Klubb:** Kungälv (bangolf) och Herresta GK

**I bagen:** Träklubbor: Orlimar 17 grader (driver)

**Järnset:** Callaway Steelhead

**Wedgar:** Lobbwedge 64 grader samt en Cleveland SW

**Putter:** Bangolf spelas med en blad-putter från Nifo, på golfgreen Ping G2 Tess

**Favoritbana:**

Har spelat en väldans massa bangolfbanor men har ingen speciell favorit. Hemmabanen i Kungälv är kul att spela och har en trevlig miljö.

Det har också blivit en hel del golfbanor, en av favoriterna är Tampa Palms i Florida med alligatorer på banan och utmanande layout. I Sverige är det Brollsta och Kevinge.

**Golfdol:** Ballesteros, han var så cool och oavsett hur snett han slog räddade han sig alltid.

[www.puttabra.nu](http://www.puttabra.nu)

mer lättspelade och på en sådan är det inte ovanligt att proffsen snittar runt 20-21 slag. Drömresultatet 18 slag, alltså 1 slag på varje hål, är inte ovanligt på eternitbanor men är väldigt sällsynt på de andra underlagen. Hans eget personbästa är 22 slag på filt bana och 18 slag på eternit.

Även om det är bangolfsen som har den största platsen i Hans liv är han också en duktig golfare.

– Jag började av intresse och nyfikenhet när jag flyttade till Stockholm 1994. Numera spelar jag väldigt sällan men jag håller mig runt 15 i handicap. Jag spelar golf för upplevelsen, inte för att nå ett visst resultat. Fast vanlig golf tar alldeles för lång tid tycker jag, bangolf är mer lättillgängligt, det är enkelt att träna och att spela jämfört med andra grejer.

### **Många järn i elden**

Hans är utbildad civilekonom från Handelshögskolan och arbetar till vardags som event- och konferensansvarig på Siggesta Gård på Värmdö utanför Stockholm. Sommartid ansvarar han även för konferensgårdens äventyrsgolfbana och erbjuder specialarrangemanget Mingelgolf, en annorlunda minigolfulplevelse där företag får utmana en världsmästare.

På sin övriga tid driver han ett eget företag inriktat på bangolf och puttning. Tillsammans med partnern Håkan Wall och med god hjälp av landslagskollegerna Anders Olsson och Jesper Andersson, två andra bangolfare i världsklass, har han startat Swedish Putting AB där de bland annat driver konceptet Puttabra. Tanken bakom Puttabra är att erbjuda utbildning och träning för golfare, både mentalt och praktiskt, fokuserat kring puttning.

– Grunden är att slå mynt av de kunskaper vi har från minigolfsen och dra fördel av det inom den vanliga golfen. Vi har alla erfarenhet av puttning på absolut högsta nivå. Därför har vi valt

att fokusera på det som vi ser som det enskilt viktigaste slaget för en golfare, nämligen putten, berättar Hans. Alla som spelar golf vet att puttern är den klubba som används flest gånger på en runda. Vill man bli en bra golfspelare kan det alltså vara idé att lägga fokus på att bli en bra puttare. Hans och hans kollegor har genom sina metoder och träningsverktyg hjälpt flera spelare, både proffs och amatörer, att bli bättre puttare.

En av dem som anlitat Hans är Carin Koch, en av Sveriges bästa damgolfare genom tiderna. Carin och Hans träffades mot slutet av golfsäsongen 2004 för att utbyta lite tankar och idéer kring puttning. Carins spel på greenerna hade fungerat dåligt under säsongen och tillsammans definierade de ett antal problemområden där Carin efter Hans råd gjorde flera konkreta ändringar. Dessa ändringar – i kombination med två veckors stenhård puttråning – gav resultat. Carin gjorde en stark avslutning med en andra- och en tredjeplats under säsongens sista månad. 2005 påbörjades i samma positiva anda och i april 2005 tog Carin sin andra seger i karriären på LPGA-touren.

– Vi kommer att fortsätta vårt samarbete kring puttning även i år. Vi har löpande kontakt och ska försöka träffas varje gång hon är i Sverige och när jag är över i USA, säger Hans.

Swedish Putting samarbetar också med 22-årige landslagsspelaren Jonas Blixt från Karlstad GK (f d Hammarö GK). Jonas pluggar just nu på college i Florida, USA. Han har bland annat vunnit NM och JSM för amatörer och spås en lysande framtid.

### **Stort intresse för konceptet**

Intresset för Puttabra-konceptet är stort. I början av mars var Hans och hans kollega Anders inbjudna till PGA i Halmstad för att föreläsa om puttning under PGAs årliga utbildningsvecka. Inför 400 golftränare berättade de om hur värl-

”

Det är svårt  
att lära gamla  
hundar sitta



dens bästa bangolfare tränar och tävlar, och vad de som bangolfare har för idéer och tankar som fungerar bra även för vanliga golfare. Även design av den nya generationens spektakulära äventyrsgolfbanor finns med i handlingsplanen.

– Det vi gör, och som varit min målsättning från början, är att vi ska etablera fler riktigt schyssta minigolf eller äventyrsgolfbanor. Min tanke är att det ska bli som en hybrid mellan bangolf och golf. Det ska vara häftiga banor med bunkrar och vattenhinder där det finns plats för både seriösa tävlingar och jippon. Fokus ska ändå hela tiden vara att hålla en hög nivå på det speltekniska med utmanande men rättvisa banor där skicklighet belönas. En golfare ska tänka att "wow, här kan jag träna puttning men i en roligare miljö". En vanlig puttgreen ute på en golfklubb är enligt min uppfattning en rätt tråkig plats.

#### **Vad krävs då för att bli en bra puttare?**

– Jag tror många golfare tänker för mycket teknik, både på banan och på greenen. De tankarna och den träningen ska man försöka hålla till

rangen och övningsgreenen. Ute på banan gäller det att fokusera varje slag på målet och bara köra, menar Hans. Sedan tycker jag att det är lite väl mycket fokus på utrustningen. Det är inte klubbarnas fel oavsett.

Han poängterar att det är viktigt att inte tänka i termer av en-putt, birdie eller bogey, utan istället försöka sätta fokus på att utföra slaget eller putten så bra man kan utefter förutsättningarna. Sedan är det förstås viktigt med en bra teknik.

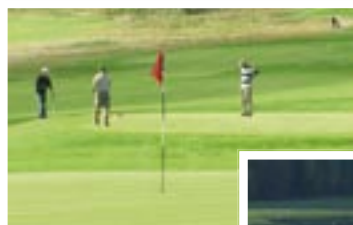
– Vi har sett snabba resultat för många som prövat den putteknik vi använder inom bangolfen. Men har man puttat på ett visst sätt i kanske 20 år då kan det förstås vara svårt att ändra teknik, det är svårt att lära gamla hundar sitta. Samtidigt är det ganska intressant att spelare som Nicklaus och Palmer på frågan om de skulle ändra på något i sitt golfspel under sin karriär svarade att de skulle ha ändrat putteknik och puttat backhand, alltså med ett crosshanded grepp så som vi bangolfare puttar. Det finns väldigt mycket sanningar och osanningar inom golfen, som ibland begränsar vårt spel och tänkande mer än de hjälper. Jag tycker att man ska vara öppen för nya sätt, pröva sig fram och göra det som fungerar för just dig.

# Välkommen till TopTees banor

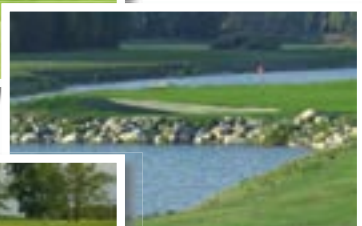
Medlemskap i alla för endast

## 7.995 kr!

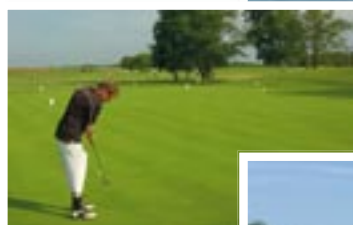
(Guldmedlemskap)



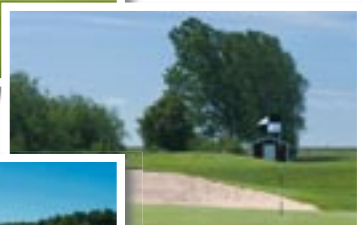
Brollsta GK



Herresta GK



Strandtorp GK



Öresunds GK



Suderbys GK



Åtvidabergs Golf



Västerviks GK

### Budgetmedlemskap från 595 kr

Gäller endast Herresta GK, Suderbys GK samt Öresunds GK.

Tel 08-22 95 00  
www.toptee.se



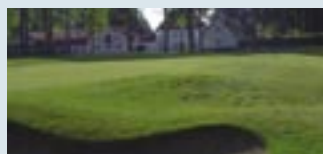
## Prisvärda golfpaket

En golfresa behöver inte vara långt borta!

Till kommande golfsäsong kan vi presentera en mängd nyheter! Här följer ett axplock ur golfpaketen, mer information finns på vår hemsida

[www.golfjoy.se/travel](http://www.golfjoy.se/travel)

Vi har golfpaket till Danmark, Tyskland, England, Skottland, Irland och Spanien.



**Danmark, Själland, Simons GK**  
Bo på golfanläggningen och spela på en av Nordens bästa golfbanor; Simons GK. Inkl 2 nätter i dubbelrum m frukost, 2 middagar, 2 greenfee (Simons GK)

fr 2 550 kr



**Nyhet! Skottland, St Andrews**  
Spela klassisk linksgolf där allt började! Inkl 3 nätter i dubbelrum m frukost på Lundin Links Hotel, 3 greenfee St Andrews Links (New, Jubilee och Eden Course)\*

fr 3 495 kr



**Nyhet! Kanonpris till Tyskland**  
Bo i en lantlig miljö på charmiga Ferienhof Wehrend. Välj mellan 7 olika banor. Inkl 3 nätter i dubbelrum m frukost, 2 middagar, 2 greenfee

1 795 kr



**Nyhet! Stansted, London**  
4\*boende nära Stansted på golfanläggningen Manor of Groves. Inkl 2 nätter i dubbelrum m frukost, två middagar, tre greenfee (Manor of Groves)\*

2 950 kr



**Boende vid golfbana, Tyskland**  
4\* boende på Golfhotel Freesenholm vid golfbanan i Timmendorfer Strand. Inkl 3 nätter i dubbelrum m frukost, 2 middagar, 2 greenfee

fr 2 495 kr



**Nyhet! Dublin, Irland**  
Ett mycket prisvärt golfpaket till Turvey Hotel & Golf Club. Inkl 3 nätter i dubbelrum m frukost, 2 greenfee (Turvey GC, Corballis GL)\*

fr 1 495 kr



**Golf i slottsmiljö, Tyskland**  
Härligt boende i slottsmiljö på Schloss Lüdersburg och spel på anläggningens två suveräna banor. Inkl 3 nätter i dubbelrum m frukost, 2 greenfee

fr 2 095 kr



**Nyhet! Dublin, Irland**  
Boende i en spektakulär miljö vid havet, alldeles intill golfbanan. Inkl 3 nätter i dubbelrum m frukost på White Sands, 2 greenfee (Malahide GC, St Anne's)\*

fr 2 895 kr



**Skottland, Prestwick**  
Genuina golfupplevelser i Skottland, inkl 3 nätter i dubbelrum m frukost på Beechwood Guesthouse, 3 greenfee (Lochgreen, Darley, Belleisle)\*

fr 2 495 kr



**Spanien, Costa Brava**  
Spela golf i världsklass i golfparadis Costa Brava. Inkl 7 nätter på Golf Beach Aparthotel, 4 greenfee (vardag), del i hyrbil\*

fr 4 395 kr

\*Flyg tillkommer

**Golf Joy Travel** 035- 356 81, [info@golfjoy.se](mailto:info@golfjoy.se)  
[www.golfjoy.se/travel](http://www.golfjoy.se/travel)



Puttning är utan tvekan ett av de viktigaste momenten i golf. Oavsett vilken nivå du spelar på utgör puttningen över 40 % av slagen under en runda. Det spelar därför ingen roll att du kan slå 220 meter långa drivar om du ändå slarvar bort dina slag på green.

Hans Olofsson delar här med sig av sina tankar i fem enkla, konkreta punkter som alla golfare kan ta till sig. Alla delar kanske inte passar alla, men pröva dig fram och välj ut de som fungerar för dig.



# Bli en bättre

## - 5 tips som hjälper dig att bli en mästare på green

### **Uppställningen**

#### **- grunden till en bra putteknik**

(se bild till höger)

Ställ dig axelbrett med fötterna minst en fot från bollen. Inta en avslappnad men stabil ställning för en bra balans. Böj dig framåt så att ögonen hamnar över eller något innanför bollen, enligt min uppfattning är 5-10 cm innanför det bästa och mest naturliga. Att ha böjda knän är helt okej. Låt armarna sedan falla ner avslappnat och greppa klubban. (Undvik att stå överdrivet rakryggat eller hopvikt som en fällkniv över bollen.)



### **Greppet** (se bild till höger)

Du bör ha ett mjukt och avslappnat men ändå fast grepp, så att du känner klubban och kontakten med bollen. Greppa därför hellre mer i handen än i fingerspetsarna. Håll handflatorna mot varandra, tummarna ska peka ner mot bollen eller runt skaftet, vilket som känns bäst. Jag förordar även s k "cross-handed", d v s vänster hand längst ner för högerspelare och tvärtom. Det blir alltså handen som är närmast målet som hålls längst ned. Ett cross-handed grepp hjälper dig att få mer stabilitet och få bort risken att den bakre handen blir alltför styrande. Man ska tänka att man drar iväg bollen kontra att man slår iväg bollen.



### **Stroke/tillslag** (se bild till vänster)

För klubban sakta och kontrollerat bakåt, cirka 2-4 decimeter beroende på puttens längd. Vid tillslaget ska sedan putterhuvudet accelerera på ett följsamt och mjukt sätt genom bollträffen. Efter bollträff ska klubban fortsätta framåt utan att du försöker stoppa den. Vi rekommenderar minst dubbelt så långt som i rörelsen bakåt.

Det naturliga svingspåret för kroppen och puttern är några grader inifrån till in (inside-inside), alltså ett svingspår som inte pendlar rakt bakåt och rakt framåt utan följer en naturlig och lätt böjd båge. Detta är ganska individuellt, tittar man på professionella tourspelare inom golfen har jag hört uppgifter från mätningar i somras som visade att de flesta ligger ungefär mellan 5 och 15 graders rörelse inifrån och in efter bollträff.

I samband med puttrörelsen skall kroppen vara så avslappnad som möjligt. Vi bangolfare tenderar att röra både knän och bål i samklang med putterrörelsen, vilket kanske kan se lite konstigt ut. Det viktiga är att man inte försöker göra något speciellt förutom att röra puttern enligt önskat mönster. Brukar du ha dina knän helt stilla så låt dem vara det, rör dem sig låt dem göra det. Försök alltså inte spänna eller använda kroppsdelar som inte direkt medverkar vid själva puttrörelsen.

Handlederna ska inte hjälpa till utan putter, armar och axlar ska bilda en enhet som för klubban fram och tillbaka. Ett cross-handed grepp (se punkt 2) motverkar dessutom risken för att handlederna används för mycket i rörelsen.