

## Welches Gadget hilft für das Trainieren von kurzen und langen Putts?

### Sind die Hilfsmittel am Markt geeignet, um im Putt-Training zu Hause Spaß zu haben, den Wettbewerbscharakter zu simulieren und erfolgreich zu sein?

Auf einer Golfrunde liegt der Anteil der Putts bei ca. 40 Prozent aller Schläge. Die Aufmerksamkeit „Putts zu üben“ ist jedoch bei Golfern eher gering ausgeprägt. Jeder Golfer vom Amateur bis zum Profi hat auf dem Grün die gleiche Herausforderung. Wenn die Richtung und die Ball-Geschwindigkeit festgelegt sind, gilt es den Ball in die Richtung zu putten, in die man auch zielt.

Jeder kennt die Situation: Das Grün wurde richtig gelesen. Durch unsaubere Puttbewegungen oder Yips weicht der wirkliche Ball Lauf von der gedachten Linie ab. Die Folge ist, der Putt kann nicht gelocht werden. Deshalb werden zu viele Schläge auf dem Grün liegen gelassen. Zusätzlich wird der Ball bei langen Putts aufgrund unsauberer Puttbewegungen immer mit einer anderen Schlagstelle des Putters getroffen und somit ist die Längenkontrolle bei gleicher Ausholbewegung fast nicht möglich.

Gerade das Putten kann zu Hause sehr gut geübt werden. Dafür ist nicht immer ein Golfplatz erforderlich. Somit ist man zeitlich nicht gebunden, kann sofort starten und kann auch wenn es draußen schon dunkel oder kalt ist trainieren.

Welche Trainingsgeräte helfen nun zu Hause das Putten auch positiv zu unterstützen, so dass es auch wirklich Spaß macht. Dies hängt vorwiegend an den Lochsimulationen.

Schauen wir uns mal die einzelnen Lochsimulationen vom Markt an. Bei den gängigen Lochsimulationen ist immer ein Hindernis zu überwinden, damit der Ball ins Loch kommt. Entweder ist z.B. eine Gummilippe oder eine Metallbrücke zu überwinden. Ist dies nicht der Fall, dann wird der Ball z.B. eingeklemmt oder läuft in eine Kreisform, die an einer Stelle unterschiedlich groß geöffnet werden kann.

Aber alle haben eines gemeinsam. Es können nur maximal bis zu 3 Bälle in ein Loch gespielt werden. Dann ist das Loch voll. Das Putten muss unterbrochen werden und die Bälle sind aus den Löchern wieder heraus zu holen. Und das geht nicht so bequem wie auf dem Übungsgrün. Und schon ist der Spaßfaktor wieder mal dahin. Zuviel Rüstzeit und Zeitverlust für zu wenige Putts. Der Spaß- und Wettbewerbsfaktor bleibt auf der Strecke.

Mittlerweile gibt es auch Puttmatten, bei denen ein integriertes Golfloch erhöht ist, damit die Bälle nach dem Lochen zurücklaufen können. Hier ist erfahrungsgemäß weder die Qualität der Puttmatte für ein realitätsnahes Setting noch ist das erhöhte Loch für ein professionelles Üben geeignet.

RST One, Reinhold Staudigl, Schillerstraße 11, 76344 Eggenstein-Leopoldshafen,  
[www.rst-one.de](http://www.rst-one.de), [info@rst-one.de](mailto:info@rst-one.de), Tel. 017621978139

Ein weiterer Aspekt, der sehr oft unberücksichtigt bleibt, ist: Die Lernfähigkeit des Gehirns ist bei Übungen nur für eine begrenzte Zeit von wenigen Minuten optimal. Um besser zu werden ist es notwendig diese kurze Übungszeit konzentriert mit der Puttbewegung zu verbringen. Jede Unterbrechung führt zu einem Konzentrationsverlust auf die eigentliche Bewegung.

Allein ein Produkt hat es in der letzten Zeit geschafft die Spannung und den Spaß zumindest für kurze Putts aufrecht zu erhalten. Das ist eine konkave Rampe, bei der der Ball dann wieder zurückkommt oder in einem kleinen Loch hängenbleibt. Dem dann angeblich perfekten Putt.

RST One kann hierzu aber eine Alternative anbieten, die noch mehr Vorzüge aufweist und in das Gesamtkonzept von RST One eingebettet ist. Dazu unten später mehr.

Sie erhalten nun eine Übersicht über das Produktportfolio von RST One und die Vorstellung dieser in etwas ausführlicher Form.

## Übersicht der RST OnePutt Produkte

Wer regelmäßig mit den RST One Produkten trainiert (3-4 Mal die Woche für ca. 10 Minuten), wird bei sich folgende Erfolge feststellen:

- Putts aus einer Entfernung von bis zu 3 Meter werden öfters gelocht.
- Die Puttbewegung hat sich stabilisiert und automatisiert.
- Das Selbstvertrauen und die mentale Sicherheit in die gespielten Putts erhöhen sich wesentlich.
- Die Zielgenauigkeit einen Ball in die Richtung zu spielen, die geplant war, hat sich bedeutend verbessert.
- Die Längenkontrolle von Putts verbessert sich, da bei gleicher Ausholbewegung wesentlich öfter der Ball mit der gleichen Stelle am Putter getroffen wird.
- Auf dem Grün kann man sich den weiteren Herausforderungen widmen, ohne bewusst auf den Puttschwung achten zu müssen

### RST One - more Putt success

#### Üben von kurzen Putts (bis ca. 1 Meter)

- Hohe Wiederholrate, da der Ball zurück läuft
- Sehr genaue Putts auf kleines Loch möglich

RST One  
PuttBasic-S



RST One  
PuttBasic-L



RST OnePuttBasic  
mit



Durch  
Lochverkleinerung  
der einzelnen  
PuttTools erhält  
man eine  
zusätzliche  
Herausforderung



#### Üben von Putts (größer ca. 1 Meter)

OnePutt



OnePuttEasy mit  
1 od. 2 Magazinen



- Hohe Wiederholrate durch  
Puttserien von 6-8 Bälle
- Die Lochverkleinerung ist eine  
weitere Challenge
- Mit Magazinen=Ballssammler noch  
mehr Spaß beim Putten

Als Grundlage wird eine professionelle

Puttingmatte aus Kunstrasen empfohlen

## Was hat RST One zu bieten, was im Putt Training hilft:



### RST OnePuttPlus:

Ein besonderes Trainingstool sticht hier heraus. Es vereint fast alle Stärken, die für ein gutes Putt Training wichtig sind: wie, der Ball läuft ohne zusätzliche Hürde ins „Loch“, es können viele Bälle (bis zu 8) in ein Loch geputtet werden und sogar die Lochgröße kann variabel eingestellt werden. Erstmals im Jahr 2018 wurde RST OnePuttPlus auf den Golfmessen in Deutschland präsentiert. Im Jahr 2019 und 2020 fand das Produkt bei den Besuchern der Golftage in München sehr großen Anklang. Eine Erfindung eines Karlsruher Golfer. Auf die Frage, warum Reinhold Staudigl das Tool erfunden hat, sagte er: „Da ich nicht viel Zeit zum Golfen habe, habe ich das Putt Training nach Hause verlagert. Mir machte das Putten zu Hause aber keinen Spaß. Die Löcher waren mit drei Putts immer voll und ich musste die Bälle aus dem Loch puhlen und einzeln zurückholen. Ich wollte trotzdem zu Hause Spaß am Putten haben, die Spannung des Wettbewerbs erleben und mich auch mit methodischem Training weiter verbessern.“

„Drei Ansätze aus der sportwissenschaftlichen Trainingsmethodik (die mir früher als Fußballtrainer schon wichtig waren) haben mich geleitet:

1. Im Training muss es schwieriger sein als im Spiel:  
Durch die einstellbare Lochgröße kann die Schwierigkeit im Putt-Training erhöht werden. Aufgrund des Puttens auf eine kleinere Lochgröße wirkt das Loch auf dem Platz wesentlich größer.
2. Durch Wiederholungen werden Bewegungsabläufe automatisiert und gleichartig wiederholbar:  
Das Gehirn hat nur wenige Minuten, um körperliche Bewegungen in einer Trainingssequenz zu manifestieren und deshalb ist es wichtig diese kurze Zeit intensiv zu nutzen. Durch das Putten von 8 Bällen wird die Aufnahmezeit des Gehirns optimal unterstützt und nach der Serie ist eine Unterbrechung für die weitere Aufnahmefähigkeit des Muskelgedächtnis optimal. Das konzentrierte Einüben der Puttbewegung wird positiv unterstützt.
3. Spaß und Spannung müssen vorhanden sein, damit man konzentriert trainiert:  
Durch das kleine Loch bleibt das Training, auch für geübte Golfer immer eine Herausforderung. So bleibt die Spannung erhalten und damit auch der Spaß zu putten.

RST OnePuttPlus erlaubt die Lochgröße auf das Spielniveau des Golfers einzustellen. Hier kann jeder seine eigene Spannung damit erzeugen. Die „gelochten Bälle“ laufen durch den Zielkörper und das Loch bleibt frei für weitere Putts. Wesentlich mehr Bälle können in einer Serie geputtet werden. Es ist wichtig, dass die Lochgröße so eingestellt ist, dass auch gelocht werden kann. So schafft man positive Emotionen, mentale Sicherheit und hat mehr Spaß beim Putt-Training.

Auch die mentale Sicherheit, das Selbstvertrauen bei Putts, wird durch ein regelmäßiges Training zu Hause gesteigert. Grund hierfür ist, dass zu Hause eine „klinisch saubere Umgebung herrscht“. Gerade Putts werden auch gerade laufen, da keine Breaks wie auf dem Grün vorhanden sind. Der Ball Lauf gibt sehr schnell Feedback, ob ein gerade gespielter Pütt auch wirklich gerade läuft. Wenn nicht, dann macht eine Übungsstunde zur Puttbewegung beim Pro sehr viel Sinn.

Bei regelmäßigem Training mit RST OnePuttPlus wird sich die Anzahl der gelochten Putts im Spiel/Turnier aus bis zu 3 Meter deutlich verbessern. Zusätzlich wird der Ball immer mit der gleichen Stelle auf der Putterfläche getroffen. Dies hilft auch bei langen Putts, da der Impact bei gleicher Puttbewegung immer identisch ist. Die Längenkontrolle funktioniert wesentlich besser.

Was von vielen Golfern unterschätzt wird, die zu Hause üben, ist der verwendete Untergrund. Die vergleichbaren Rolleigenschaften und die Beschaffenheit des normalen Grüns sind enorm wichtig, also keine eingezeichneten Linien, sondern einfach nur eine grüne Oberfläche. Hier machen nur professionelle Kunstrasenmatten, die speziell für das Putten produziert werden, absolut Sinn. Sie sind zwar teurer als herkömmliche Puttmatten-Angebote in den gängigen Shops, aber halten im Gegensatz dazu ewig. Sie können drinnen und draußen eingesetzt werden.



#### Zusätzliche Features lassen RST OnePuttPlus noch interessanter sein:

- Wenn acht Bälle geputtet sind kann mit Hilfe von einem zweiten Magazin das volle Magazin einfach ausgetauscht werden. Somit können die Bälle einfach und kompakt zur Puttstelle zurücktransportiert werden und weiter geht es mit dem Putten.
- Das Trainingsgerät ist einklappbar und dann so groß wie eine Ballschachtel. Durch Verschlusskappen, die hinten und vorne aufgesteckt werden können, können auch drei Bälle transportiert werden. Somit ist der Zielkörper von RST OnePuttPlus einfach überall, ob Urlaub, Büro, Übungsgrün oder zu Freunden transportierbar. Eine mitgelieferte Tasche schützt das Tool.
- Vor allem auf dem Übungsgrün können die normalen Golflöcher durch Positionieren des Zielkörpers vor einem Loch verkleinerbar und damit schwieriger gemacht werden. Der Ball läuft durch die kleine Öffnung des Zielkörpers durch den Zielkörper hindurch und in das normale Golfloch.
- RST OnePuttPlus kann personalisiert werden. So ist es als Geschenk für sich selbst oder Freunde perfekt geeignet. Außerdem wird es grundsätzlich in einer schwarzen Geschenkschachtel geliefert

#### Resümee:

RST OnePuttPlus ist somit die erste Lochsimulation, die es erlaubt Spannung zu erzeugen und Puttserien spielen zu können. Das in Deutschland gefertigte Produkt ist aus pulverbeschichtetem Metall, zeigt höchste Qualität und ist auch großen Belastungen gewachsen. Ein Produkt, das aufgrund seiner langen Haltbarkeit einem ein Leben lang begleiten kann. Der Erfolg ist bei regelmäßiger Anwendung garantiert.

RST One, Reinhold Staudigl, Schillerstraße 11, 76344 Eggenstein-Leopoldshafen,  
[www.rst-one.de](http://www.rst-one.de), [info@rst-one.de](mailto:info@rst-one.de), Tel. 017621978139

## RST OnePuttEasy:

Im Februar 2020 hat Reinhold Staudigl ein zusätzliches Tool auf den Markt gebracht. Das RST OnePuttEasy hat eine fast identische Funktionalität wie das RST OnePuttPlus. Die stufenlose Einstellbarkeit des Golflochs reduziert sich auf vier markante Einstellmöglichkeiten und -öffnungen und ist damit einfacher und kostengünstiger. Weiterhin bleibt die Fertigung in Deutschland, die sich vor allem von kleineren Serien bewährt hat. Auf den Golf Tagen in München und bei der Hanse Golf 2020 waren die Besucher begeistert.



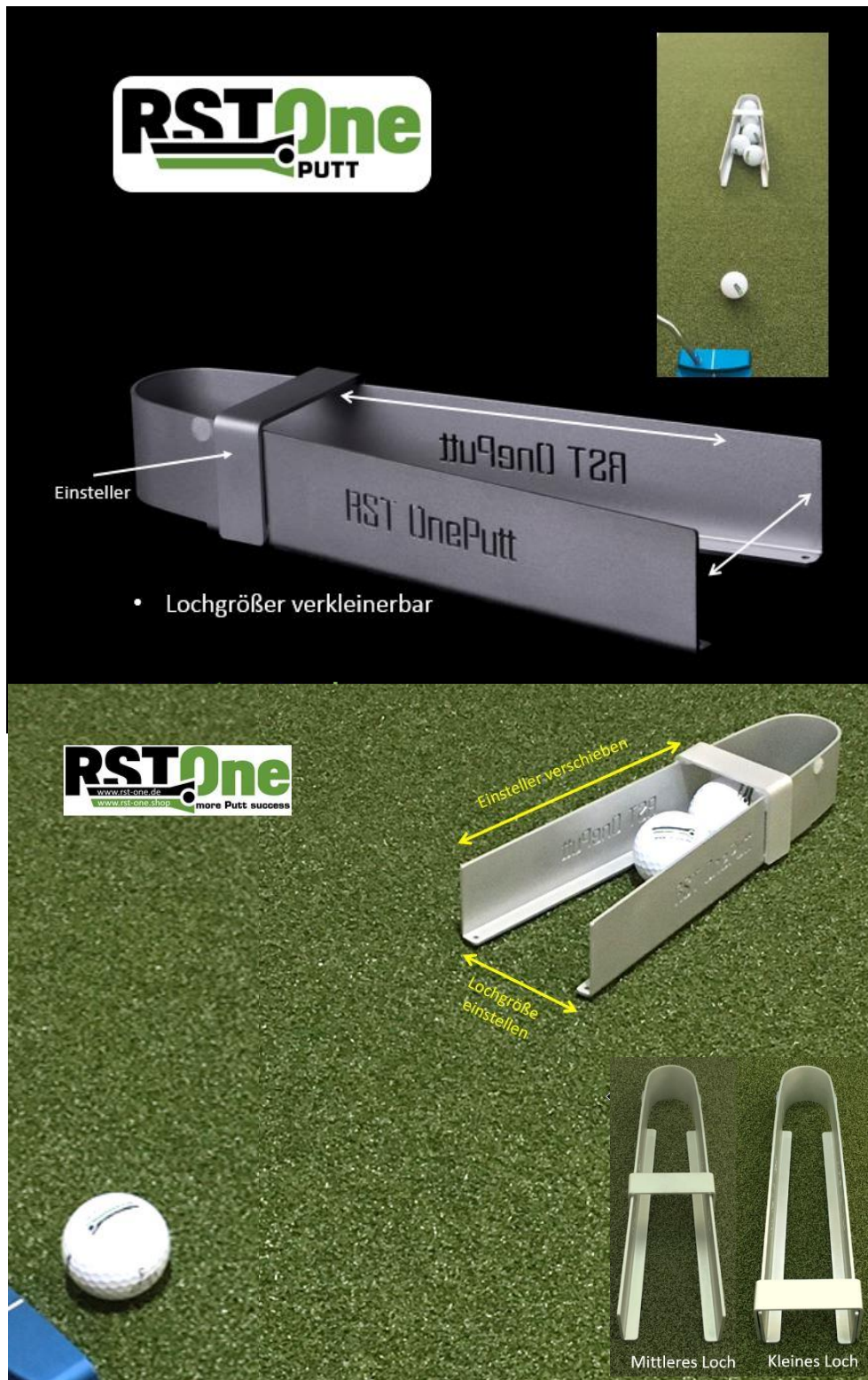
Beide Tools RST OnePuttPlus und RST OnePuttEasy verbessern zu Hause das Putt Training auf jeder Puttmatte aber auch auf dem Teppichboden enorm. Der Einsatz des Zielkörpers auf dem Übungsgrün durch Verkleinern der Golflöcher bringt weitere Mehrwehrt.

Zum Transport kann der Zielkörper von RST OnePuttPlus (linke Seite im Bild) und RST OnePuttEasy (rechte Seite im Bild) eingeklappt werden und wie eine Ballschachtel drei Bälle aufnehmen. Von unten (Bildmitte) sehen beide eingeklappten Zielkörper gleich aus.



## RST OnePutt:

Wer jedoch nur hin und wieder üben will, bekommt mit RST OnePutt eine kostengünstige Alternative. Auch bei diesem Produkt ist die Lochgröße einstellbar. Durch Verschieben des Einstellers wird die Lochgröße eingestellt. Ein Magazin für das Auffangen der Bälle und den einfachen Austausch muss verzichtet werden. Trotzdem können mindestens bis zu 6 Bälle geputtet werden.



## RST OnePuttBasic-S:

Im September 2020 hat RST One ein weiteres Produkt auf den Markt gebracht.

Bisher lag der Fokus der simulierten Golfplätze von RST One auf der Verkleinerbarkeit der Löcher und auf der Möglichkeit Puttserien spielen zu können. Dies ist vor allem bei Putts größer 1 Meter sinnvoll.



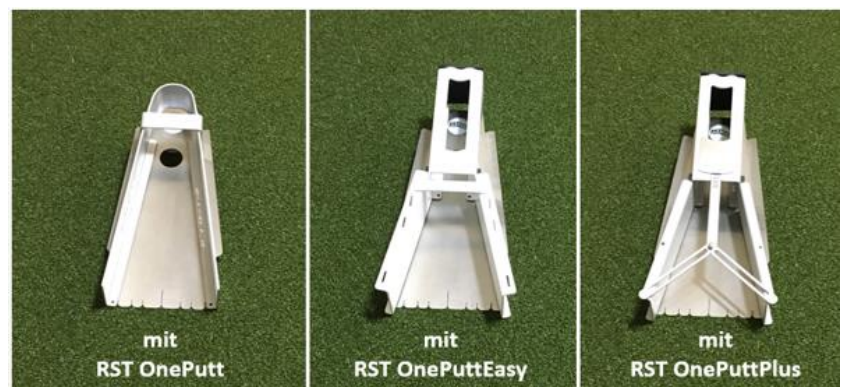
Für kurze Putts bis zu einem Meter kann die hohe Wiederholrate von Puttserien auch anders gestaltet werden.

Daraus ist RST OnePuttBasic-S entstanden.

RST OnePuttBasic-S besteht aus einer Edelstahlplatte mit zwei Löchern.

Mit dem oberen Loch wird die Metallplatte auf einen Golfball gelegt. So erreicht man eine schiefe Ebene. Nun wird aus einem Abstand von 50 cm bis ca. einem Meter eine kurzer Putt gespielt. Durch die Markierungen am unteren Ende der Platte erhält man Feedback, wie zentral der Putt gespielt worden ist. Der Putt hat eine optimale Geschwindigkeit, wenn er bis zum ersten Loch/bzw. zur weißen Lochkappe hochläuft. Hat der Putt eine zu hohe Geschwindigkeit, dann läuft er über die Platte drüber und ist „verloren“. Für geübte Putter ist die Aufgabe, den geputteten Ball so zu spielen, dass er im ersten Loch (29 mm im Durchmesser) liegen bleibt. Dies ist aufgrund der Lochgröße sehr schwierig und erfordert viel Geduld. Etwas Erleichterung kann mit der „Ball-Führung“ durch weitere RST OnePutt Produkten erreicht werden.

In Kombination mit RST OnePutt, RST OnePuttEasy und RST OnePuttPlus kann aber auch eine weitere Schwierigkeit erzeugt werden. Durch die Positionierung dieser weiteren RST OnePutt Golfloch Simulationen auf dem Basic kann ein kleineres Golfloch für das Putt Training eingestellt werden, was dann mehr Zielgenauigkeit beim Putten erfordert.



RST OnePuttBasic-S hat einige weitere Vorzüge:

- Durch die Verwendung von Edelstahl fast unkaputtbar im Gegensatz zu Plastik.
- Metall ist ein nachhaltiger Rohstoff.
- Aufgrund der Schräge ist die Geschwindigkeit der Putts nachvollziehbarer und besser dosierbarer als bei z. B. konkaven Flächen
- Das RST OnePuttBasic ist flach und damit platzsparender.
- Durch die Kombination mit anderen RST Tools gibt es wesentlich mehr Variationsmöglichkeiten für das Putt-Training.

Mit dieser Form des Übens erreicht man ebenfalls eine hohe Wiederholrate und kann so die Wadlbeißerputts optimal trainieren.

## RST OnePuttBasic-L:

Das Feedback vom Markt hat ergeben, dass das RST OnePuttBasic-S sehr oft auch allein ohne die anderen RST OnePutt Produkte eingesetzt wird. Dann ist es auf Grund des kleinen Loches herausfordernd den Ball so zu putten, dass der Ball im Loch liegenbleibt.

Auch im Jugendtraining hat sich gezeigt, dass der Spaß mit dem Basic-S dann bei alleiniger Nutzung zu schnell verloren geht.

Deshalb wurde das RST OnePuttBasic-L mit einer Lochgröße von 39 mm im Durchmesser getestet. Der Markttest hat gezeigt, dass diese Größe sehr positiv aufgenommen wird.

Somit sind nun beide Varianten Basic-S (S=Small) und Basic-L (L=Large) im RST One Produktportfolio.





# Das Trainieren mit RST OnePutt Produkten führt zu mehr Erfolg und macht sogar noch Spaß

Wer regelmäßig mit den RST One Produkten trainiert (3-4 Mal die Woche für ca. 10 Minuten), wird bei sich folgende Erfolge feststellen:

- Putts aus einer Entfernung von bis zu 3 Meter werden öfters gelocht.
- Die Puttbewegung hat sich stabilisiert und automatisiert.
- Das Selbstvertrauen und die mentale Sicherheit in die gespielten Putts erhöhen sich wesentlich.
- Die Zielgenauigkeit einen Ball in die Richtung zu spielen, die geplant war, hat sich bedeutend verbessert.
- Die Längenkontrolle von Putts verbessert sich, da bei gleicher Ausholbewegung wesentlich öfter der Ball mit der gleichen Stelle am Putter getroffen wird.
- Auf dem Grün kann man sich den weiteren Herausforderungen widmen, ohne bewusst auf den Puttschwung achten zu müssen, denn dieser funktioniert automatisch.

## **Philosophie von RST One:**

- Tools für eine bessere Puttperformance durch Reduktion auf die Basics (gerade Putts, genaues Zielen) als Grundvoraussetzung
- Festigung der Puttperformance durch hohe Wiederholraten beim Putt Training
- Trainings Tools die Spannung erzeugen und bei denen auch der Spaß nicht zu kurz kommt
- Fertigung der Produkte in Deutschland für den Erhalt von lokalen Arbeitsplätzen
- Nachhaltige Produkte vorwiegend aus Metall verbunden mit einer sehr hohen Lebensdauer
- Hohe Qualität der Produkte

Unter [www.rst-one.de](http://www.rst-one.de) gibt es weitere Infos, Videos, einen Trainingsleitfaden und auch einen Shop (direkter Link [www.rst-one.shop](http://www.rst-one.shop)) in dem die Tools und die professionellen Kunstrasenmatten bestellbar sind.

Weitere Produkte wurden von Reinhold Staudigl erfunden. Hierbei handelt es sich um spezielle Ballmarker (RST OneBallmarker) und eine Hilfslinie zum Putten für Puttmatten und auf dem Übungsgrün (RST OnePuttLine).

## **RST OnePuttLine:**



Die Puttlinie wurde entwickelt um auf einer Puttingmatte, die keine Linien hat, eine zeitweilige Hilfslinie zum Putten aufbringen zu können.

RST OnePuttLine  
mit  
RST OnePuttEasy  
im Einsatz  
(Beispiel)



Bei der Puttlinie handelt es sich um zwei Edelstahlplatten (für ein hohes Eigengewicht) und einem dazwischen gespannten Gummiseil. So kann auf sehr einfache Weise eine Linie gespannt werden, die ca. 2mm über der Oberfläche verläuft.

## RST OneBallmarker:



Die Idee des RST One Ballmarkers ist eine möglichst lange Linie auf dem Ballmarker zu haben, um die geplante Puttlinie damit anzuzeigen.

Mit den RST OneBallmarker hat Reinhold Staudigl ein Stück weltweit Golfgeschichte geschrieben bzw. beeinflusst. Dazu gleich mehr.

Der RST One Ballmarker wurde 2016 mit einer Länge von 57 mm und einer Breite von 26 mm auf dem Markt gebracht. Er ist aus Kunststoff.

Vor Produktionsbeginn wurde die Regelkonformität des RST One Ballmarker beim baden-württembergischen Golfverband eingeholt.

In der Anleitung zum Ballmarker wird die Bedienung erklärt:

Wenn Sie auf dem Weg zum Grün sind, beziehungsweise wenn Sie das Grün betreten, haben Sie eine intuitive Vorstellung wie Sie den Ball Richtung Loch spielen wollen. Diese intuitive Richtung kann mit der Ballmarke bei Markieren des Balles mit dem Strich bereits signalisiert und visualisiert werden. Wenn die Ballmarke liegt und der Ball aufgehoben ist, sieht man immer noch die beabsichtigte Puttlinie. Diese ist auch von allen Seiten gut erkennbar.

Nun kommt der Schritt des Grünlesens. Aufgrund der erkannten Oberfläche des Grüns entscheiden Sie sich rational für eine Richtung. Die erste intuitive Richtung kann von der zweiten rationalen Linie abweichen. Nun treffen Sie eine Entscheidung über die Putt-Richtung und richten den Ball entsprechend aus (möglichst auch mit einer Linie versehen) und heben die Ballmarke auf. Und nun lochen Sie ein. 😊 Im Laufe der Zeit bekommen Sie ein Gespür wie weit die intuitive und die rationale Richtung sich unterscheiden. Der wirkliche Ball-Lauf hilft Ihnen zusätzlich zu lernen, wie gut Sie sich auf Ihre intuitive Richtung verlassen können.

Zurück zum Ballmarker:

Aufgrund der Regeländerungen im Jahr 2019 und um auch den RST One Kunden noch mehr Sicherheit zu geben, reichte Reinhold Staudigl den RST OneBallmarker bei der R&A in St. Andrews zur Prüfung ein. Es gab leider eine negative Rückmeldung, obwohl es bisher in den Regeln keine Hinweise zu der Länge eines Ballmarkers gab. Aufgrund eines Einspruchs, von Reinhold Staudigl, hat sich das weltweite Standards Committee (im August 2019, trifft sich viermal im Jahr) mit dem Ballmarker beschäftigt. Es wurde dann festgelegt, dass ein Ballmarker maximal 2 Zoll Länge (50,8 mm) haben darf.

Darauf wurden die aktuellen RST OneBallmarker auf 5 cm gekürzt, so dass sie wieder regelkonform waren.

Im Januar 2020 wurden die Equipment Rules angepasst. Hier der Auszug aus der entsprechenden Passage, die den Ballmarker betrifft:

### 6.7 Definition of Alignment Device and Treatment of Ball-Markers (Rule 4.3)

The following criteria are used to determine when an object manufactured to mark the spot of a ball is an alignment device. Features include, but are not limited to:

- The object incorporates features designed to measure, gauge or interpret slope, green speed or other conditions, or includes optical or electronic components or,
- The vertical height of the object, in any configuration, is greater than 1.0" or,
- **The maximum dimension in any horizontal direction exceeds 2.0" and incorporates any of the features noted below (or similar features):**
  - the object incorporates painted, etched or inscribed line(s) or **similar features greater than or equal to 2.0" in length ("line" includes any line, arrow or other straight marking that could be solid or broken, but has a defined start, a defined end and whose length can be measured),**
  - the object has an appendage(s) or an extended feature(s) greater than 2.0" in length or that extends a feature of the object to a length greater than 2.0".

Note 1: An object is an alignment device if it exceeds the dimensional specifications listed above and advertising, marketing or intellectual property descriptions or claims related to the object indicates that it is primarily for the purpose of showing the line of play.

Note 2: An object is an alignment device if it is modified in any manner that would satisfy any of the above provisions.

Seit Mitte 2020 hat **RST One Ballmarker aus Aluminium und Edelstahl** ins Produkt Portfolio aufgenommen.

Diese Ballmarker sind alle 5 cm lang und 2,4 cm breit.

Es gibt noch einen weiteren Ballmarker mit zwei zusätzlichen Funktionalitäten (Pitchgabel und Schlägerauflage), der dann 4,4 cm breit ist.

Alle Ballmarker sind regelkonform und können entsprechend auch bei Turnieren weltweit eingesetzt werden.

## Ballmarker – Innovative Lösungen und schönes Design



Die Quintessenz ist, dass die Equipment Rules wegen dem RST One Ballmarker angepasst wurden 😊.

## Daten zum Erfinder der RST One Produkte



Reinhold Staudigl ist 58 Jahre alt. Er ist Werkzeugmacher und Diplom Informatiker.

Seit 1995 ist er Führungskraft bei einem IT-Dienstleister.

Bis 2006 war Reinhold Staudigl in allen möglichen Funktionen als Fußball-Torwart, -Trainer und -Funktionär in der Nähe von München beheimatet. Seit 2006 ist Reinhold Staudigl nach Baden-Württemberg gezogen und hat Golf kennen und schätzen gelernt. Dies hat ihn seither nicht mehr losgelassen (Handicap 16). Sein konzeptionelles Trainingswissen vom Fußball hat er in seinen RST One Golftools Produkten umgesetzt, um effizient trainieren zu können.

OnePuttPlus ist als Gebrauchsmuster geschützt, die Patentanmeldung ist im Genehmigungsprozess.



ist eine eingetragene Wort-/Bildmarke.

Viele Nachwuchsspieler in Bayern und Baden-Württemberg haben RST OnePutt Tools mittlerweile in ihr Trainingsprogramm aufgenommen.

Sandy Voss ist die erste Playing Professional (Proette), die RST OnePutt Tools in Ihr Trainingsprogramm aufgenommen hat. Weitere Profis werden folgen.



## Interessante Links:



### Die RST OnePutt Tools:

<http://rst-one.shop/RST-OnePuttBasic>

<http://rst-one.shop/RST-OnePutt-alu>

<http://rst-one.shop/RST-OnePuttEasy-Zielkoerper-und-1Magazin>

<http://rst-one.shop/RST-OnePuttPlus-Zielkoerper-und-1Magazin>

Die RST OnePutt Tools im Film: <https://youtu.be/astv6UImKol>

### Professionelle Puttmatte:

[http://rst-one.shop/professionelle\\_Puttmatte](http://rst-one.shop/professionelle_Puttmatte)

Putt-Training mit RST One: <https://www.youtube.com/watch?v=knXM57lgnQg>

### Vortrag von Reinhold Staudigl bei den Golftagen München 2019 zum Thema Putten:

<https://www.youtube.com/watch?v=lnrZCCoq7Y>

Produktreview von „Golf und Ich“: <https://www.youtube.com/watch?v=AFGHMYN7ktI>

### Produktvorstellung RST OnePutt Tools von PGA Professional Marcus Bruns im Blog bei golfstun.de:

<https://golfstun.de/putttraining-rst-one/>

Interview von GolfballUhu: <https://shop.golfball-uhu.de/interview-mit-reinhold-staudigl-erfinder-der-rst-oneputt-trainingshilfen/>

Facebook. <https://www.facebook.com/RSTOne.morePuttSuccess>

Instagram. [https://www.instagram.com/rst\\_oneputt\\_more\\_putt\\_success/](https://www.instagram.com/rst_oneputt_more_putt_success/)

Bedienungsanleitungen aller RST OnePutt Produkten: <https://www.rst-one.de/anleitung-videos/>

Bedienungsanleitung RST OnePuttPlus: <https://www.youtube.com/watch?v=iqku9dd75hQ>

### Weitere Produkte von RST One in Verbindung mit Putten:

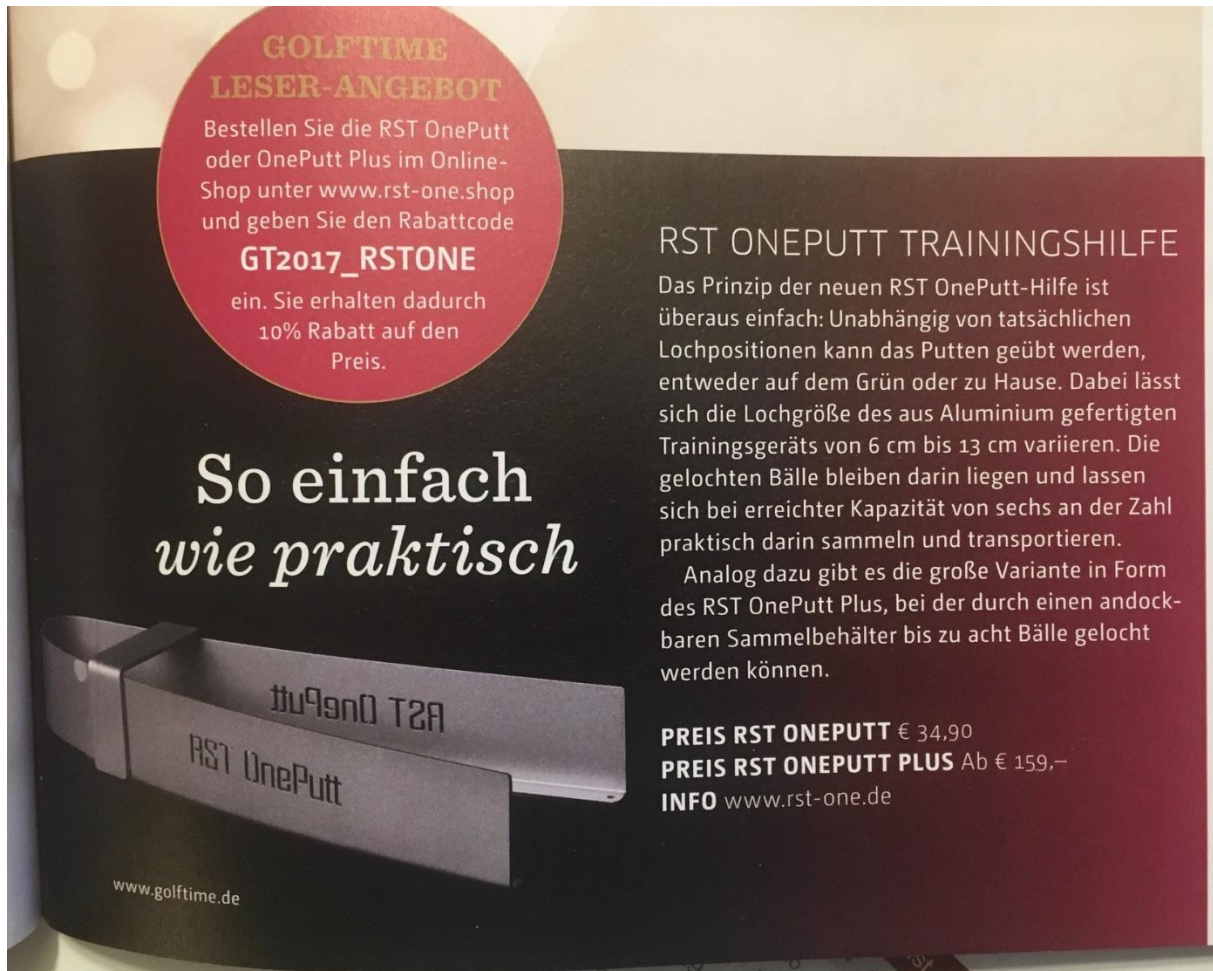
Puttlinie: <http://rst-one.shop/RST-OnePuttLine>

Ballmarker: <http://rst-one.shop/Ballmarke>

Putt Schwung Optimizer: <http://rst-one.shop/RSTOnePSO>

## Erscheinung in Golfzeitschriften:

GOLFTIME 8/2017



**GOLFTIME  
LESER-ANGEBOT**

Bestellen Sie die RST OnePutt oder OnePutt Plus im Online-Shop unter [www.rst-one.shop](http://www.rst-one.shop) und geben Sie den Rabattcode **GT2017\_RSTONE** ein. Sie erhalten dadurch 10% Rabatt auf den Preis.

### So einfach wie praktisch

**RST ONEPUTT TRAININGSHILFE**

Das Prinzip der neuen RST OnePutt-Hilfe ist überaus einfach: Unabhängig von tatsächlichen Lochpositionen kann das Putten geübt werden, entweder auf dem Grün oder zu Hause. Dabei lässt sich die Lochgröße des aus Aluminium gefertigten Trainingsgeräts von 6 cm bis 13 cm variieren. Die gelochten Bälle bleiben darin liegen und lassen sich bei erreichter Kapazität von sechs an der Zahl praktisch darin sammeln und transportieren.

Analog dazu gibt es die große Variante in Form des RST OnePutt Plus, bei der durch einen andockbaren Sammelbehälter bis zu acht Bälle gelocht werden können.

**PREIS RST ONEPUTT** € 34,90  
**PREIS RST ONEPUTT PLUS** Ab € 159,-  
**INFO** [www.rst-one.de](http://www.rst-one.de)

[www.golftime.de](http://www.golftime.de)

Golf'n'Style 02-2018



**RST ONE PUTT PLUS**

Die zweiteilige Putt-Trainingshilfe „RST OnePutt Plus“ besteht aus einer variabel einstellbaren Lochsimulation und einem Magazin für bis zu 8 Bälle. Mit diesem lassen sich die geputteten Bälle einfach und kompakt zum Startpunkt zurücktransportieren. Der RST OnePuttPlus ist aus Aluminium und Edelstahl gefertigt, in vier Farben erhältlich und lässt sich auf die Größe einer Ballschachtel zusammenklappen.

**RST ONE PUTT PLUS**  
Zu bestellen bei [www.rst-one.shop](http://www.rst-one.shop)  
€ 159,00

22

GOLFTIME 8/2020

RST One, Reinhold Staudigl, Schillerstraße 11, 76344 Eggenstein-Leopoldshafen,  
[www.rst-one.de](http://www.rst-one.de), [info@rst-one.de](mailto:info@rst-one.de), Tel. 017621978139



## KLEINES LOCH GANZ GROSS



Jetzt shoppen...

**ONEPUTTBASIC** Der Winter ist die perfekte Zeit, um zu Hause am Spiel zu feilen. Mit diesen Trainingshilfen könnten Drei-Putts der Vergangenheit angehören.

**W**inter is coming – und damit auch die Zeit der Wohnzimmer-Putts. Der **RST OnePuttBasic** ist dabei das ideale Trainingstool für kurze Putts auf dem Teppich oder der Puttingmatte. Durch das Feedback gestaltet sich das Training zu Hause effizient und die Angst vor den Wadlbeißern lässt nach.

Der **OnePuttBasic** ist eine Edelstahl-Metallplatte, die auf einem Golfball platziert wird. Durch die Schräge ist die Wiederholrate von kurzen Putts sehr hoch. Putts mit richtiger Puttgeschwindigkeit laufen wieder zurück. Zu schnell gespielte Putts laufen über das Tool.

Bei absolut richtiger Dosierung bleibt der Ball im kleinen Loch liegen. Je nach Spielstärke kann die Variante S (kleineres Loch für bessere Putter) und L (größeres Loch) gewählt werden.

Am unteren Ende des Tools sind Markierungen angebracht, die zeigen, wie der Ball in der Mitte oder außerhalb der Mitte ins Loch gelaufen wäre. OnePuttBasic wird auf Wunsch mit einer 30x130 cm professionellen Puttmatte von Private Greens geliefert, die auf einen professionellen Einsatz abgestimmt ist.

**Varianten mit OnePutt und OnePuttEasy**  
Mit den Produkten **RST OnePutt** und **RST OnePuttEasy** kann die raffinierte Puttrampe opti-

mal eingesetzt und ergänzt werden. So kann zum Beispiel die Lochbreite verringert werden, was eine zusätzliche Herausforderung darstellt. Der **OnePutt** und **OnePuttEasy** ist aber vor allem dafür prädestiniert, **längere Putts zu trainieren**. Der Fokus liegt hier bei Putts von bis zu acht Bällen, die auf ein immer kleiner werdendes Loch zu spielen sind. Die Wiederholbarkeit von geraden Putts ist ein wichtiger Aspekt für den Putterfolg. Bei der Easy-Variante erleichtern Magazine die Aufnahme der Bälle. Der Vorteil der Magazine ist, dass die Löcher zum Putten frei bleiben und die Bälle gesammelt zurücktransportiert werden können. Es ist kein lästiges Zurückholen von einzelnen Bällen erforderlich.

**Der Trainingsleitfaden:** Bei regelmäßigem Training mit den RST One Produkten – optimal wären drei bis vier Mal pro Woche für jeweils zehn Minuten – sollten sich folgende Erfolge einstellen:

- ➊ Mehr Putts aus kurzer und mittlerer Distanz fallen;
- ➋ Puttbewegung stabilisiert sich;
- ➌ Erhöhte Zielgenauigkeit;
- ➍ Mehr Selbstvertrauen beim Putten;
- ➎ Bessere Längenkontrolle, da deutlich mehr Sweetspot-Treffer.

Drei Ansätze aus der sportwissenschaftlichen Trainingsmethodik haben Reinhold Staudigl, Werkzeugmacher, Diplom-Informatiker und Kopf hinter den Produkten, geleitet, die RST-One-Produkte zu entwickeln.

➊ **Im Training soll es schwieriger sein als im Spiel:** Durch die einstellbare Lochgröße kann die Schwierigkeit im Putt-Training erhöht werden.

➋ **Durch intensive Wiederholungen werden Bewegungsabläufe automatisiert.** Die Putts erleichtern dem Muskelgedächtnis, die Bewegungen konzentriert in kurzer Zeit zu manifestieren.

➌ **Spaß und Spannung** ist wichtiges Trainingsexerzier. Durch das kleine Loch bleibt das Training auch für geübte Golfer immer eine Herausforderung. So bleibt die Spannung erhalten und damit auch der Spaß am Putten.

Ein genialer Nebeneffekt entsteht mit dem Üben auf kleine Löcher. Das Golfloch kommt einem auf dem Golfplatz auf einmal größer vor, denn man ist gewohnt, auf ein kleines Ziel zu putten. **GT**

**PREIS** ab € 17,90  
**INFO** [www.rst-one.de](http://www.rst-one.de)

# Besser lochen!

**RST ONEPUTT-TRAINER** Präzises Üben des wichtigsten Aspekts des Golfspiels. Mit veränderbaren Lochgrößen.

Wenn es draußen nass und kalt wird, bedeutet das für die meisten Golfer hierzulande das Ende der Saison. Mit den Putt-Trainingshilfen von RST One bietet sich allerdings die Möglichkeit, auch während der kalten Jahreszeit weiterhin am eigenen Spiel zu arbeiten. Genauer gesagt am wichtigsten Aspekt des Spiels – dem Putten.

Das Üben mit den hochwertigen RST OnePutt-Trainingshilfen (Made in Germany) fördert die wichtigsten Aspekte des Puttens: Zielgenauigkeit, Festigung der Puttbewegung sowie Längenkontrolle. Je nach Ausführung ermöglichen die unterschiedlichen „Lochgrößen“, die per Einstellung des RST OnePuttEasy oder -Plus von 10,8cm (regulärer Lochdurchmesser) bis hinunter zu 5cm möglich sind. Durch die Neigung der Basic-Zieleinheit, mithilfe eines darunter gelegten Golfballs, können vor allem kurze Putts effektiv trainiert werden. Jeder Putt, der bis zum Loch der Platte rollt, ist gelocht. Durch das Zurückrollen des Balls erhält man eine hohe Wiederholrate. Mit dem einstellbaren OnePutt, allein oder in Kombination, kann der Schwierigkeitsgrad genial gesteigert werden.

Speziell für GOLF TIME-Leser gibt es eine Weihnachts-Edition zum Sonderpreis: Das Bundle, wahlweise mit RST OnePuttBasic-S oder -L (kleines oder großes Loch) sowie dem einstellbaren Golfloch RST OnePutt und einer professionellen Kunstrasen-Puttingmatte (1,3 m x 30 cm), gibt es zeitlich limitiert im RST One Onlineshop.

**PREIS** € 79,- (statt € 97,70)

**INFO** [www.rst-one.shop](http://www.rst-one.shop)

**WEIHNACHTS-  
ANGEBOT FÜR  
GOLFTIME-LESER**

**Nur € 79,-**  
(statt € 97,70)





**Weitere Produkte im Shop von RST One (hilfreich für den Golfschwung)**

Golfschwungoptimizer: <http://rst-one.shop/GOSWO>

Rotatix: <http://rst-one.shop/ROTATIX>