



Un bon golfeur sait que soigner sa posture est important afin de réussir tout son parcours. Alors si vous découvrez le golf, il est recommandé de suivre quelques cours de golf, qui vous permettront de bien exécuter vos mouvements. Parmi les défauts qui seront corrigés pendant le cours de golf, il y a la posture en C, quand le dos est trop courbé, ou la posture en S quand le bas du corps est trop cambré. N'hésitez pas à programmer des cours de golf afin d'améliorer votre posture, celle-ci influençant le plan de swing, l'équilibre et la puissance de votre lancer.