

**Lektørdtalelse (12/06) 2 916 607 2 (V)**

**Chartell, Pia:** Golf uden grænser : din mentale vej til golfsucces / forfatter: Pia Chartell. - chartellbooks.com. - 41 sider. - DK 79.76

**Anvendelse/målgruppe/niveau**

Bogen beskæftiger sig med golf på det mentale niveau. Den beskriver hvordan spilleren, via mental træning, kan opnå et bedre handicap. Dette forklares med enkelte visuelle øvelser, samt en guide til meditation.

**Beskrivelse**

Forfatteren til bogen er coach, med en række andre kurser og uddannelser bag sig. Dette afspejler sig tydeligt i bogens indhold, da sproget samt øvelserne er meget klare, og uden misforståelser. Bogen er meget logisk opbygget, og går frem i 5 enkelte trin. Det overordnede mål med bogen er at få det mentale overtag i forbindelse med golfspillet. Forfatteren nævner dog også, at teknikkerne i bogen kan bruges i andre henseender. Han analyserer golfspillerens tankemønstre for derefter at søge at ændre tankerne omkring spillet, eller et specifikt hul eller problem. Titlen er ikke typisk for golfbøger, da den primært omhandler den mentale del af spillet og ikke teknikker som vinkel, benstilling med mere. Afslutningsvis præsenterer forfatteren en række powersætninger, der kan inspirere læseren til at forbedre sit spil.

**Sammenligning**

Bibliotekerne har enkelte andre titler der udelukkende fokuserer på det mentale plan. Fx Finn Havaleschkas bog *Inden du går helt i sort : tips til mental træning*, fra 2009. Den foreliggende titel er mere dybdegående vedrørende den psykologiske side af spillet, derudover har forfatteren en mere professionel tilgang til spillet. Havaleschka har endvidere udviklet flere værktøjer til selvanalyse.

**Samlet konklusion**

*Golf uden grænser - din mentale vej til golfsucces* er en glimrende inspirationsbog til spilleren, der gerne vil øge sin mentale indsats. Øvelserne er enkle og overskuelige.

Lars Ovesen