



Etalonner ses distances

L'étalonnage a pour objectif de connaître avec précision ses distances moyennes avec chaque club.

Pour cela, RDV au practice !

- > Echauffez-vous (comme si vous alliez jouer sur le parcours)
- > mettez en place votre ES12
- > et réalisez une session de practice en tapant entre 3 et 5 balles avec chacun de vos clubs
Tapez chaque balle en utilisant votre routine de parcours.

Une fois la session terminée, enregistrez-la sur votre téléphone.

- > Allez dans l'application → historique → « votre session d'étalonnage »
- > supprimez les coups ratés.

Il est important de supprimer les coups ratés pour ne pas altérer les moyennes. En effet, lorsque vous êtes sur le parcours vous ne jouez pas un coup en imaginant réaliser un coup raté !

Votre session d'étalonnage est enregistrée et prête à être utilisée.

2 possibilités s'offrent à vous pour visualiser et analyser votre étalonnage. Vous pouvez utiliser l'appli ES12 et/ou envoyer votre session par email sous format .csv (Excel).

Utilisez l'appli pour connaître son étalonnage

L'application de l'ES12 propose 3 modes pour visualiser votre étalonnage.

1. Distances moyennes

> Allez dans historique, puis distances moyennes. Le tableau affiche, pour chaque club, la distance moyenne calculée pour votre session d'étalonnage.

2. Ecart de club

> Allez dans historique, puis écart de club. Le graphique montre les écarts de distance moyenne entre chacun de vos clubs (du Lob Wedge au Fer 5).

Attention

Les distances moyennes sont calculées à partir de tous les coups enregistrés dans votre téléphone.

Envoyer la session par email

- > Allez dans historique, choisissez votre « session d'étalonnage »
- > Puis email session

Vous recevez votre session complète par email au format .csv. Une fois ouverte dans Excel, vous pouvez réaliser les moyennes de distances pour chaque club.

Ainsi, vous pouvez isoler vos sessions d'étalonnage, et les comparer dans le temps.

Tips

- Durant un parcours, n'hésitez pas à aller vérifier vos distances moyennes et vos écarts de clubs sur votre téléphone avant de taper un coup.

> Si vous avez des doutes sur le club à utiliser, l'assistant de parcours vous propose une recommandation de choix de club en fonction de la distance à réaliser. Bien sûr, il ne prend pas en compte les facteurs inhérents au terrain (vent, montée ou descente, lie...).

> Allez dans assistant et entrez la distance que vous souhaitez réaliser. L'assistant vous conseille le club le plus approprié pour réaliser la distance choisie.

- Pour affiner vos moyennes, réalisez plusieurs sessions d'étalonnage comme celle-ci (3 à 5 sessions).
- Attention, vos distances sont susceptibles de changer pour de multiples raisons :
 - Fatigue
 - Douleurs/blessures
 - Amélioration de votre technique
 - Changement de matériel
 - Changement de conditions climatiques (et notamment adaptation de votre tenue)

Il est donc recommandé de réaliser des sessions d'étalonnage (ou plus simplement de vérification des distances) à un instant t. Cela vous permettra d'adapter au plus près vos choix de club en fonction de vos distances à un moment précis.