



WELLPUTT

# TRAINING BOOK

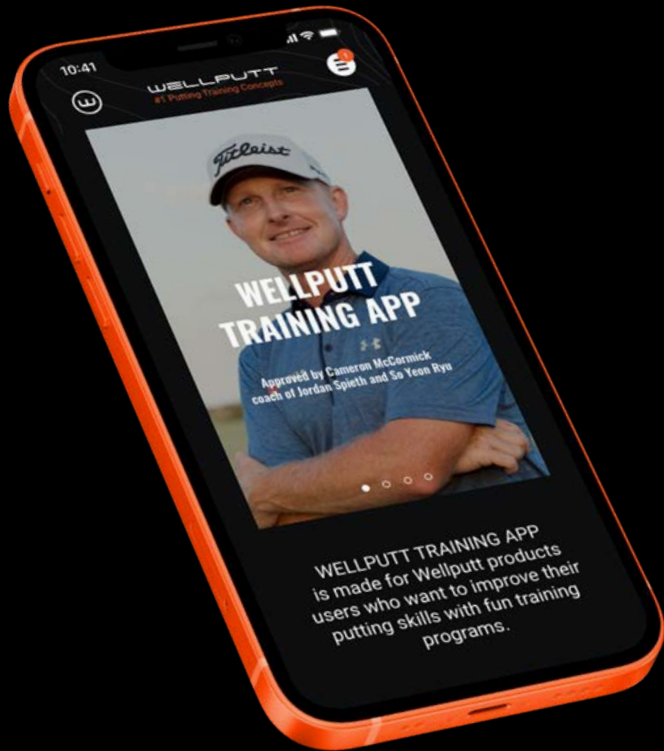
**STROKE MASTER**  
STROKE, ROLL & REPEAT



ENGLISH



APPROVED BY CAMERON MCCORMICK



- Enter Your Scores
- Chart Your Progress
- Challenge Your Friends

**Training Book  
available in the Wellputt App**



# INTRODUCTION



*Golf is a unique and demanding game, where 45% of the strokes golfers take over the course of a round are taken with a putter. Putting, represents a significant opportunity for players to lower their score.*

*Wellputt provides golfers with the opportunity to train their putting game indoors or outdoors, in any weather, all year round.*

*With innovative designs that give you clarity and direction on how to improve your setup, alignment, feel, and distance control in an efficient and fun training process.*

*Over the past few years, Wellputt has become a world leader in putting training, through a science-based approach to golfers' needs and athletic performance. Our mats and training tools are tested and approved by Cameron McCormick; coach of Jordan Spieth, Céline Boutier, and Wellputt brand ambassador.*

*Join the Wellputt family today and become the master of your game!*



# TABLE OF CONTENTS

## The Stroke Master

The Concept	05
The Ramp	06
The Wellguide	09
The Wellhole	10
Training with the Stroke Master	11
Stroke Master Installation	14
Technique, Feel, Performance	15

## Stroke Master Exercises

Level 1	17
Level 2	19
Level 3	21
Level 4	23
Level 5	25

## Stroke Master Games

Sudden Death	27
Poker Face	28
Climb Mt Everest	29
Up & Down	30

## Putt Distance Conversion Tables

Stroke Master putt distance conversion table	31
Conversion tables for different speeds	33

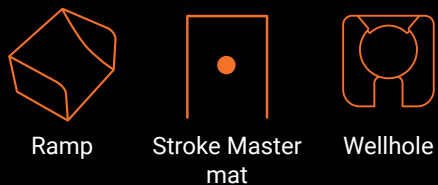


# THE CONCEPT

*“Stroke, Roll and Repeat”  
Master your putter path,  
contact, distance control,  
and start line.*

A good putt is the result of solid contact, correct speed and the right start line.

The Stroke Master package:



- ↔ Length: 8'3" (2.5m)
- ↑↓ Width: 13.8" (35cm)
- 📦 Package weight: 15.4lbs (7kg)
- 🏎️ Stimp speed: 11.5ft (3.50m)

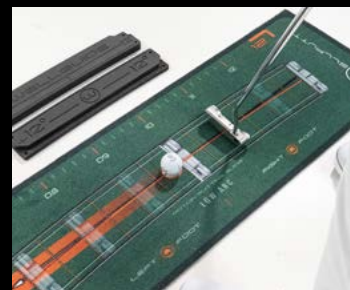
More than 15 training exercises, available on the Wellputt App (on iOS and Android)



# THE STROKE MASTER RAMP



The success behind the Stroke Master is repetition training. All top athletes in every sport train their fundamentals daily. The Stroke Master ramp allows you to get in your reps with efficiency while building muscle memory of the perfect stroke that delivers the right touch.



## Repetition Training

Science tells us that repeating a task or movement allows your muscle memory to register it unconsciously. You will be able to reproduce this movement at will for any situation.



## Long Putts

The ball return ramp feature of the Stroke Master design, gives you the ability to train your feel for longer putts (up to 16.5 ft) on an innovative and compact design mat that is only 8 ft in length.



## Optimal & Convenient Storage

After enjoying the Stroke Master training experience, simply roll up the mat, store the Wellhole inside the secured ramp, replace the Wellguide piece on the front, tuck your mat in place and then return the second Wellguide piece to its position on top, and you are good to go.



## VISUAL DESIGNS OF THE RAMP



### Three Target Zones

The three target zones, outlined in orange on the ramp, surround the hole target and will serve as visual cues during the distance control exercises.



### For ultimate precision

Bring more precision to your distance control by using the numbers as target zones indicated on the right side of the mat.



# WELLGUIDE



↔ Length: 15.3in (39cm)

↑↓ Width: 2.6in (6.5cm)

🏠 Weight: 7.8oz (220g)



During the exercises you will use the Wellguide in two different modes.

**1**

**Putter Path Mode**

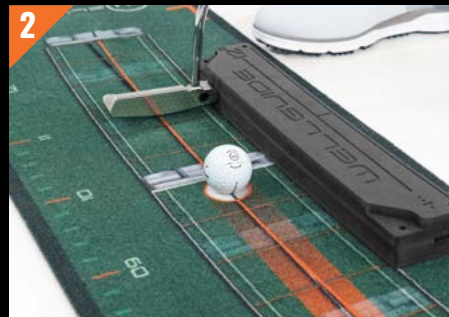
Position the two Wellguide pieces on both sides of the arc printed on the mat to train your putting stroke path in the space between the 2 pieces. Make sure and leave a golf-tee-width of margin in between the guide and your putter head for some stroking room.

**2**

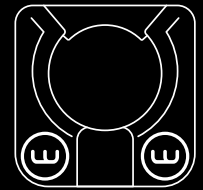
Vue de côté

**Arc Support Mode**

Take the piece marked "Wellguide" and stack it on the other one along the bottom part of the arc. Secure them with tees and practice your stroke while gliding it along the arc support of the Wellguide. This will register the movement into your muscle memory



# WELLHOLE



↔ Length: 5.9in (15cm)

↑↓ Width: 5.9in (15cm)

🏠 Weight: 23.3oz (660g)

During the exercises you will use the Wellhole in three different modes.

**1**

**Hole Simulation Mode**

The Wellhole allows you to experience a putt well-holed.

**2**

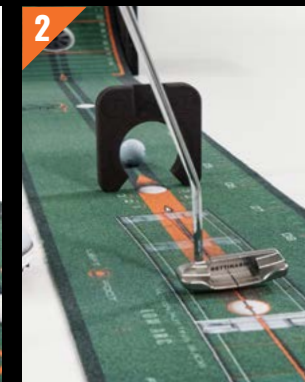
**Putting Gate Mode**

Stand your Wellhole upright to create the perfect putting gate for training consistency and precision into your start line performance.

**3**

**Zero-Tolerance Training Mode**

With no margin to spare, zero tolerance mode calls for precision and good speed to make it in.





## PERFECT YOUR SETUP AND POSTURE



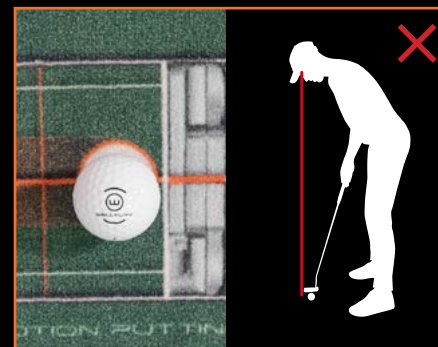
### Alignment Bar

Aligns your putter square to the target line every time.



### Eyeline Position Indicator

A circular mark around the ball on the mat allows you to confirm your eyeline position in relation to the golf ball at address.



### Eyeline is past the ball

If you see part of the orange circle above the ball, it means your eyeline is on the outside of the ball.

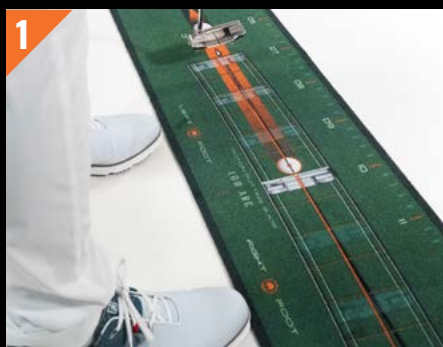


### Eyeline is in between the ball and stance

If you see the orange circle below the ball, no worries, you are in good company, as some of the world's best players putt with their eyeline on the inside of the ball.

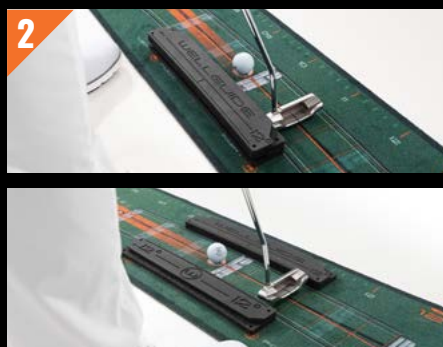


## GET YOUR STROKE AND START LINE ON PATH



### Arc

The Wellstroke on the mat has a curved 12-degree Arc shape.



### Putter head stroke path

12 putter face alignment lines (6in each direction) allow you confirm that your putter face is square to the path through-out your stroke.

Arc Trainer Mode:  (Wellguide)



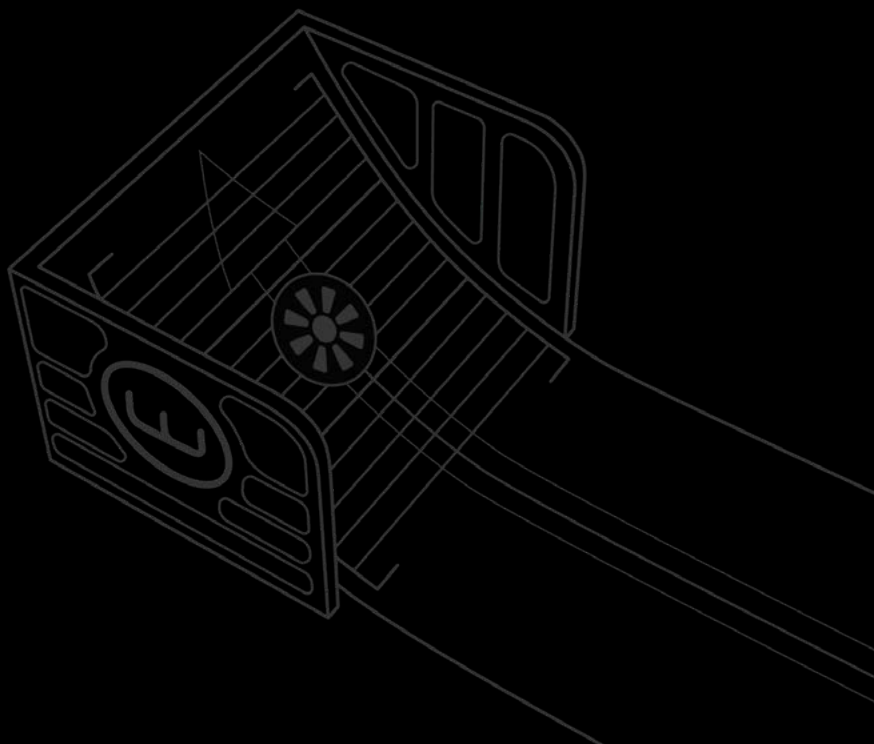
### Train your start line like a Pro!

Place objects (or Indoor Tees by Wellputt) at the ball exit (1, 2, or 3) of the Wellstroke to train and test your ability to start the putt on line. The smaller the gate, the tougher the test.



## STROKE MASTER

STROKE, ROLL & REPEAT



## INSTALLING YOUR STROKE MASTER

Follow the 4 steps below to properly install your Stroke Master:



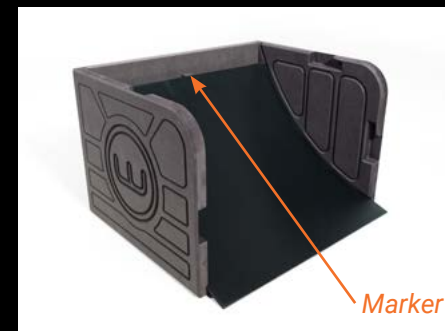
**Step 1:**  
Remove the Wellguide piece located on the top of the box.



**Step 2:**  
Take out the mat and then remove the second Wellguide piece located on the front of the box.



**Step 3:**  
Slide the ball ramp upward and remove the Wellhole. (balls not included)



**Step 4:**  
Slide the ball ramp back down to the level indicated in the above illustration. Next roll out your mat making sure the end of the mat on the ramp sits flush with the top of the box.

 YOUR STROKE MASTER IS NOW READY: ENJOY YOUR TRAINING



# STROKE MASTER

## STROKE, ROLL & REPEAT

### 15 EXERCISES & 4 GAMES

#### Train your putting like a pro!

In levels 1 through 5, you will work on the three pillars of putting. Executing each exercise in the order presented is essential for optimal results.



#### 1. TECHNIQUE



#### 2. FEEL



#### 3. PERFORMANCE



#### A well-rounded training program for more efficient and effective results.

An indoor training that replicates (as closely as possible) your outdoor practice; allowing you to train and progress with results that you can replicate on the course.

- For the training, position the mat on a firm surface that's as level as possible.
- Use 3 identical game balls.
- If possible, train in your golf shoes to maintain consistency in your stance angles at setup; mirroring your on-course training is key to your success.



Wellputt has designed this training program to allow you to develop each key pillar of putting independently as you progress through the 5 different levels of color coded exercises.

The **Technique** drills focus on your putter path for consistency in contact, start line accuracy and distance control.

The **Feel** drills focus on your touch and distance control. The right feel and ability to deliver the correct touch, will improve your chances of sinking more putts. The proper pace can be associated with a one putt or a two putt, whereas poor pace most always gets associated and leads to three putts.

Most players deliver a good **Performance** while training, but struggle on the golf course. The Stroke Master exercises have been designed to expand your capabilities and train you for a performance that you can take to the course.

The Stroke Master putting training program, will grow your confidence in your putting technique, your feel and give you wings to fly with a better performance on the course.

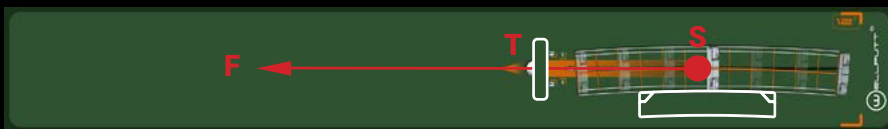
# LEVEL 1

Each player putts 6 balls per exercise.  
Score at least 12 points to move to the next level.  
*A successful ball = 1 point.*

## TECHNIQUE

### Instructions:

The mat is on the ramp. The Wellguide is stacked and in "arc support" mode. The Wellhole is in "putting gate" mode, at the ball exit of the Wellstroke (level #3).



Wellhole (gate mode) + Wellguide (arc support mode)

### Exercise:

- Place the ball on the starting point (S).
- Putt six balls with a putting stroke that glides along the arc of the Wellguide, passing as many balls as possible through the Wellhole gate.
- The distance of your putt does not matter for this drill.

**Objective:** (A ball that passes through the gate = 1 point)  
6 points are possible.

## FEEL

### Instructions:

The mat is on the ramp.



Zone 1

Zone 2

### Exercise:

- Place the ball on the starting point (S).
- Putt 3 balls that roll up the ramp and finish in zone 1. (3 points)
- Repeat the same process for zone 2.

**Objective:** (Each ball that finishes in the target zone = 1 point)  
6 points are possible.

- (S) Start
- (F) Finish
- (T) Through

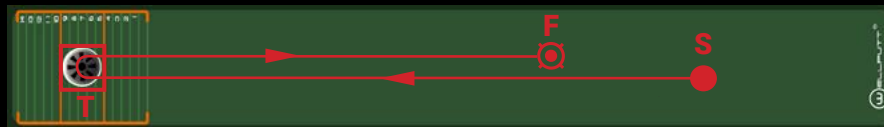
Note : The starting point for all the exercises is the printed ball in the center of the Wellstroke.

## PERFORMANCE

### Instructions:

The mat is on the ramp.

Target Area                      Finishing zone (not relevant)



### Exercise:

- Place the ball on the starting point (S).
- The goal is to putt 6 balls that roll up the ramp and successfully enter and exit the targeted (T) through zone indicated in the above illustration. The finishing point of your putt does not matter for this exercise.

**Objective:** (Each putt passing successfully through the (T) zone = 1 point.)  
6 points are possible.

## STROKE MASTER

### SCORE CARD

### LEVEL 1

Player's name	Today's Date	Technique	Feel	Performance	Total
		/6	/6	/6	/18
		/6	/6	/6	/18
		/6	/6	/6	/18
		/6	/6	/6	/18
		/6	/6	/6	/18
		/6	/6	/6	/18
		/6	/6	/6	/18
		/6	/6	/6	/18

To advance to level 2, you need a total score of 12 or above.

# LEVEL 2

Each player putts 6 balls per exercise. Score at least 12 points to move to the next level.  
*A successful ball = 1 point.*

## TECHNIQUE

### Instructions:

The mat is on the ramp. Place the Wellguide in "putter path" mode; allowing for a golf tee width of margin 0.12in (3mm) between the Wellguide's inner edge and the heel and toe of your putter. Place the Wellhole in "putting gate" mode at the ball exit of the Wellstroke (level #3).



Wellhole (gate mode) + Wellguide (putter path mode)

### Exercise:

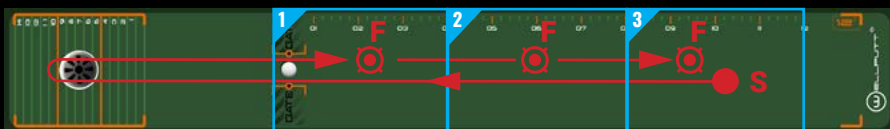
- Place the ball on the starting point (S).
- The goal is to train your start line by passing as many balls as possible through the gate without your putter head touching the sides of the Wellguide.
- Distance is not important on this exercise.

**Objective:** (A ball that passes through the gate = 1 point)  
 6 points are possible.

## FEEL

### Instructions:

The mat is on the ramp.



### Exercise:

- Work on your speed control.
- Place the ball on the starting point (S)
- Putt two balls up the ramp that finish in zone 1 (2 points).
- Repeat the same process for zones 2 and 3.

**Objective:** Have 2 balls finish in each target zone.  
 6 points possible. (A ball finishing in the target zone = 1 point)

- (S) Start
- ⊙ (F) Finish
- T (T) Through

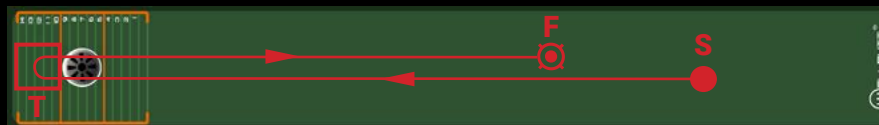
**Note:** The starting point for all the exercises is the printed ball in the center of the Wellstroke.

## PERFORMANCE

### Instructions:

The mat is on the ramp.

Target Area      Finishing zone (not relevant)



### Exercise:

- Place the ball on the starting point (S).
- The goal is to putt 6 balls that roll up the ramp and successfully enter and exit the targeted (T) through zone indicated in the above illustration. The finishing point of your putt does not matter for this exercise.

**Objective:** (Each putt passing successfully through the (T) zone = 1 point)  
 6 points are possible.

# STROKE MASTER

## SCORE CARD

LEVEL 2

Player's name	Today's Date	Technique	Feel	Performance	Total
		/6	/6	/6	/18
		/6	/6	/6	/18
		/6	/6	/6	/18
		/6	/6	/6	/18
		/6	/6	/6	/18
		/6	/6	/6	/18
		/6	/6	/6	/18
		/6	/6	/6	/18

To advance to level 3, you need a total score of 12 or above.

# NIVEAU 3

Each player putts 6 balls per exercise.  
Score at least 12 points to move to the next level.  
*A successful ball = 1 point.*

## TECHNIQUE

### Instructions:

The mat is on the ramp. Place the Wellhole in "putting gate" mode at the ball exit of the Wellstroke (ball exit level #3)



Wellhole (gate mode)

### Exercise:

- Place the ball on the starting point (S).
- The goal is to train your start line by passing as many balls as possible through the gate.
- Distance is not important on this exercise.

**Objective:** (Each ball that passes through the gate = 1 point)  
6 points are possible.

## FEEL

### Instructions:

The mat is on the ramp.



Zone 1 Zone 2 Zone 3

### Exercise:

- Work on your speed control.
- Place the ball on the starting point (S), putt one ball up the ramp that finishes in zone 1 (1 points).
  - Repeat the above process in the following target zone sequence: Zones 1, 2, 3, 3, 2, 1.

**Objective:** (A ball finishing in the target zone = 1 point)  
6 points are possible.

● (S) Start      ⊙ (F) Finish      T (T) Through

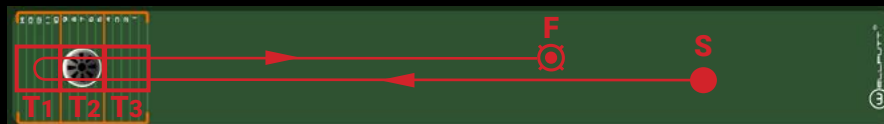
Note : The starting point for all the exercises is the printed ball in the center of the Wellstroke.

## PERFORMANCE

### Instructions:

The mat is on the ramp.

*Finishing zone (not relevant)*



### Exercise:

Work on your performance.

- Place the ball on the starting point (S), putt two balls up the ramp so they roll through the designated (T1) through zone as illustrated above.
  - Repeat the same process for the through zones (T2) and (T3)
- The idea is to roll the putt with the right speed so it enters and exits through the targeted (T1, T2, or T3) zone.

The finishing point is irrelevant in this exercise.

**Objective:** (Each ball passing through the correct through zone = 1 point)  
6 points are possible.

## STROKE MASTER

### SCORE CARD

LEVEL 3

Player's name	Today's Date	Technique	Feel	Performance	Total
		/6	/6	/6	/18
		/6	/6	/6	/18
		/6	/6	/6	/18
		/6	/6	/6	/18
		/6	/6	/6	/18
		/6	/6	/6	/18
		/6	/6	/6	/18
		/6	/6	/6	/18

To advance to level 4, you need a total score of 12 or above.

# LEVEL 4

Each player putts 6 balls per exercise. Score at least 14 points to move to the next level.  
*A successful ball = 1 point.*

## TECHNIQUE

### Instructions:

The mat is on the ramp. Place the Wellhole in "zero tolerance" mode at the ball exit of the Wellstroke (ball exit level #3)



Wellhole (zero tolerance mode)

### Exercise:

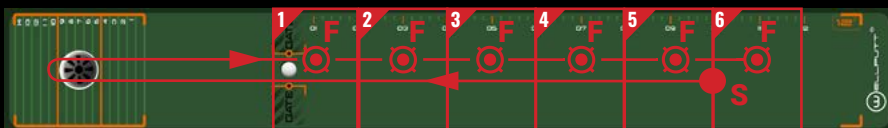
- Place the ball on the starting point (S)
- Aim with precision and roll the putt into the Wellhole.

**Objectif:** (Each ball finishing in the Wellhole = 1 point)  
 6 points are possible.

## FEEL

### Instructions:

The mat is on the ramp.



Zone 1 Zone 2 Zone 3 Zone 4 Zone 5 Zone 6

### Exercise:

- Work on your speed control.
- Place the ball on the starting point (S), putt one ball up the ramp that finishes in zone 1 (1 point).
  - Repeat the same process for zones 2, 3, 4, 5 and 6.

**Objective:** (Each ball finishing in the target zone = 1 point.)  
 6 points are possible.

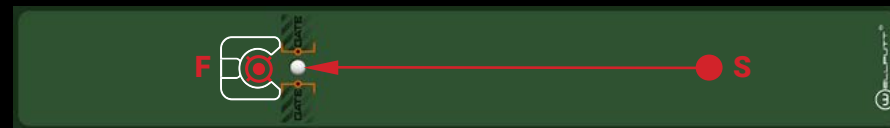
- (S) Start
- (F) Finish

**Note :** The starting point for all the exercises is the printed ball in the center of the Wellstroke.

## PERFORMANCE

### Instructions:

The mat is on the ramp. Place the Wellhole in "hole simulation" mode at the exit of the Gate (as indicated in the illustration below).



Wellhole (hole simulation mode)

### Exercise:

- Place the ball on the starting point (S).
- Aim with precision and roll the putt into the Wellhole.

**Objective:** (Each ball finishing in the Wellhole = 1 point)  
 6 points are possible.

## STROKE MASTER

### SCORE CARD

LEVEL 4

Player's name	Today's Date	Technique	Feel	Performance	Total
		/6	/6	/6	/18
		/6	/6	/6	/18
		/6	/6	/6	/18
		/6	/6	/6	/18
		/6	/6	/6	/18
		/6	/6	/6	/18
		/6	/6	/6	/18
		/6	/6	/6	/18

To advance to level 5, you need a total score of 14 or above.

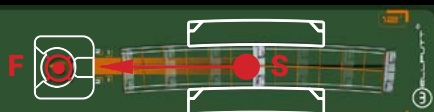
# NIVEAU 5

Each player putts 6 balls per exercise. Once a score of 14 points is reached, level 5 and your training is complete. A successful ball = 1 point.

## TECHNIQUE

### Instructions:

The mat is on the ramp. Place the Wellguide in "putter path" mode; allowing for a golf tee width of margin 0.12in (3mm) between the Wellguide's inner edge and the heel and toe of your putter. Place the Wellhole in "putting gate" mode at the ball exit of the Wellstroke (level #3).



Wellhole (zero tolerance mode) + Wellguide (putter path mode)

### Exercise:

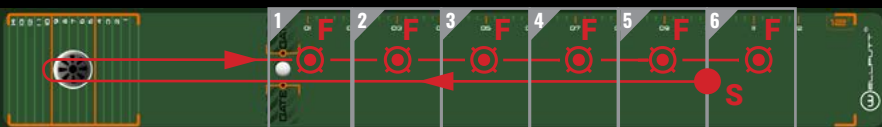
- Place the ball on the Wellstroke starting point (S).
- Aim with precision and roll the putt into the Wellhole.

**Objective:** (Each ball that finishes in the Wellhole = 1 point.)  
Maximum 6 points.

## FEEL

### Instructions:

The mat is on the ramp.



Zone 1 Zone 2 Zone 3 Zone 4 Zone 5 Zone 6

### Exercise:

Work on your speed control.

- Place the ball on the Wellstroke starting point (S), putt 1 ball up the ramp that finishes in zone 1 (1 point).
- Repeat the same process, in the following target zone order: (Zone 6, 2, 5, 3, and 4)

**Objective:** (Each ball that finishes in the target zone = 1 point)  
Maximum 6 points.

- (S) Start
- (F) Finish

**Note:** The starting point for all the exercises is the printed ball in the center of the Wellstroke.

## PERFORMANCE

### Instructions:

The mat is on the ramp. Wellhole in "zero tolerance" mode and positioned on the mat as indicated.



Wellhole (zero tolerance mode)

### Exercise:

- Place the ball on the starting point (S).
- Aim with precision and roll the putt into the Wellhole.

**Objective:** (Each ball finishing in the Wellhole = 1 point)  
6 points are possible.



# STROKE MASTER CHAMPION



## SCORE CARD

## LEVEL 5

Player's name	Today's Date	Technique	Feel	Performance	Total
		/6	/6	/6	/18
		/6	/6	/6	/18
		/6	/6	/6	/18
		/6	/6	/6	/18
		/6	/6	/6	/18
		/6	/6	/6	/18
		/6	/6	/6	/18
		/6	/6	/6	/18

A score of 14 points or more validates the exercises and completes the level.

## GAME #1 ▶ SUDDEN DEATH

- (S) Start
- (F) Finish

**Note :** The starting point for all the exercises is the printed ball in the center of the Wellstroke.

 **TECHNIQUE : 100%**  **FEEL : 80%**

**Number of participants:**  
Unlimited.

### Instructions:

The mat is on the ramp. Position the Wellhole in “zero tolerance” mode. Place it over the mat’s visual target hole.



Wellhole (zero tolerance mode)

### Rules of the game:

- Place the ball on the Wellstroke starting point (S).
- Starting with player 1, each player takes a turn rolling a putt.

*If two or more players make the putt, the sudden death continues until one of them wins a hole outright.*

## GAME #2 ▶ POKER FACE

- (S) Start
- (F) Finish

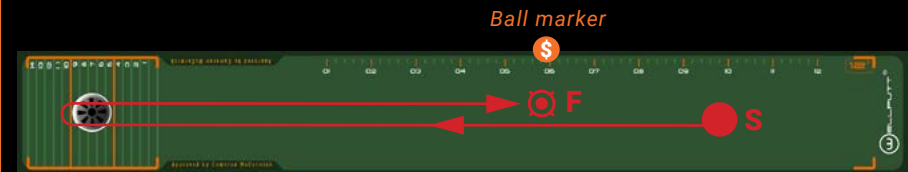
**Note :** The starting point for all the exercises is the printed ball in the center of the Wellstroke.

 **FEEL : 100%**

**Number of players:**  
Unlimited.

### Instructions:

The mat is on the ramp. Position the Wellhole in “zero tolerance” mode. Place it over the mat’s visual target hole.



### Rules of the game:

- Player 1 chooses the target number for both players (0 to 12) and covers it with the ball mark (coin). The idea is to finish the putt as close to the target coin as possible.
- Player one putts the ball up the ramp and marks the ball’s finishing point.
- Player 2 now takes their turn, repeating the process of player 1.
- The player, who’s putt finishes closest to the ball marker (coin) wins 1 point.
- Next, player 2 chooses the target for both players and the process repeats.

*The first player to get 5 points wins the game.*

# GAME #3 ▶ CLIMB MT. EVEREST

- (S) Start
- (F) Finish

**Note :** The starting point for all the exercises is the printed ball in the center of the Wellstroke.

 PERFORMANCE : 100%  FEEL : 100%

## Number of players:

1

## Instructions:

The mat is on the ramp.


## Target Zone:

Each target zone encompasses two mini zones as seen in the illustration below. (Marked from 0 to 12 along the side of the mat)

Example:

Target zone 1 starts at 0 (printed Gate) and extends to number 02, as shown in the illustration below. Target zone 2 extends from number 01 to number 03, and etc.

## Number of lives:

 3 (you have three lives to use in order to pass the exercise)



Target zone 1 Target zone 5

## Rules of the game:

- Place the ball on the starting point (S), putt a ball up the ramp so it finishes in target zone 1.
- Repeat the same process for the remaining target zones; 1 through 12.
- If you fail a target zone, you have 2 more lives to try, so you don't have to go back to the start unless you've exhausted all three lives.
- Tip: To make the exercise easier at the beginning, you can increase the size of the target zones to include 4 mini zones.

Improve your feel and performance each time you roll it up the ramp.

# GAME #4 ▶ UP & DOWN

- (S) Start
- (F) Finish

**Note :** The starting point for all the exercises is the printed ball in the center of the Wellstroke.

 FEEL : 100%

## Number of players:

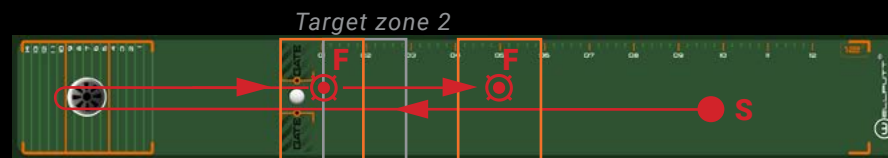
2

## Instructions:

The mat is on the ramp.

## Target Zone:

Are identical to the target zones in Game #3.



Target zone 1 Target zone 5

## Rules of the game:

- Place the ball on the starting point (S).
- Putt a ball up the ramp so that it finishes in target zone 1.
- Repeat the same process for the remaining target zones; 1 through 12.

If your ball misses short of the target zone, go back to the beginning and start over, if your ball misses past the target zone, you are entitled to another attempt, but make it count, otherwise you go back to the start (target zone 1).

The Wellputt concept encourages you to exceed the target vs finishing short; where you'll have 0.00 chance to make the putt.

## Never up, never in!

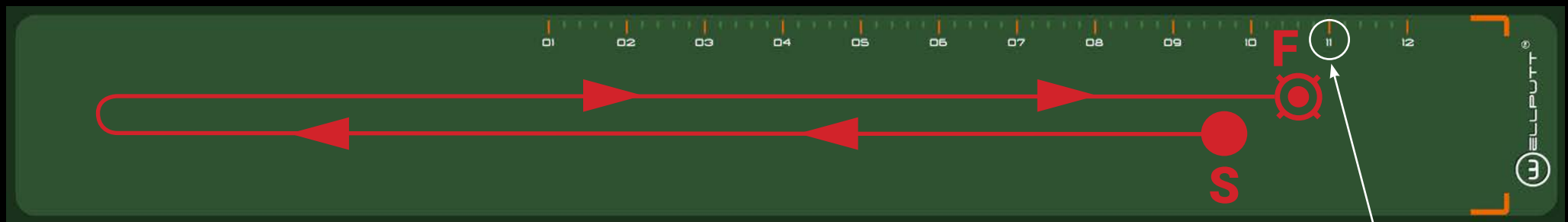
The first player to reach all 12 target zones with success, wins the game.



# STROKE MASTER PUTT DISTANCE CONVERSION TABLE

On the Stroke Master, roll putts up to 16'5" (5 meters) on an 8'2" (2.5 meters) length mat.

With the help of a \*Stimpmeter, Wellputt has created a putt distance conversion table that allows you to calculate the rollout distance of your putts.



Stimpmeter speed of your Stroke Master mat: 11ft (3.35m)

Graduations	01	02	03	04	05	06
Distance traveled in feet	7'11"	8'5"	8'11"	9'6"	10'1"	10'8"
Distance traveled in meters	2.41	2.56	2.73	2.89	3.07	3.24

\*The Stimpmeter is a measuring tool used to assess the average speed of a green by applying a given amount of pace to a golf ball and then measuring the distance travelled in feet or meters.

Stimpmeter speed of your Stroke Master mat: 11ft (3.35m)

Graduations	07	08	09	10	11	12
Distance traveled in feet	11'3"	11'11"	12'6"	13'2"	13'10"	14'6"
Distance traveled in meters	3.43	3.62	3.81	4.01	4.21	4.42

Exemple :  
If your ball stops at the number 11 (see illustration above), the actual rollout distance of your putt will be 13'10" (4.21m) on a green with a stimpmeter speed of 11ft (3.35m).

# CONVERSION TABLES FOR DIFFERENT SPEEDS

You can use these tables, to calculate the distance your putt would have rolled out on a green that has a different stimp speed than the Stroke Master mat.

Exemple :

If your ball stops at the number 12 (see illustration below), the actual rollout distance of your putt will be 10'6" / 13'2" / 15'10" on a green with a stimp speed of 8ft / 10ft / 12ft.



Stimpmeter : 8ft (2.45m)

Graduations	01	02	03	04	05	06
Distance in ft	5'9"	6'1"	6'6"	6'11"	7'4"	7'9"
Distance in m	1.75	1.86	1.98	2.10	2.23	2.36

Stimpmeter : 8ft (2.45m)

Graduations	07	08	09	10	11	12
Distance in ft	8'2"	8'6"	9'1"	9'7"	10'	10'6"
Distance in m	2.49	2.63	2.77	2.91	3.06	3.21

Stimpmeter : 10ft (3.05m)

Graduations	01	02	03	04	05	06
Distance in ft	7'2"	7'8"	8'2"	8'6"	9'2"	9'8"
Distance in m	2.19	2.33	2.48	2.63	2.79	2.95

Stimpmeter : 10ft (3.05m)

Graduations	07	08	09	10	11	12
Distance in ft	10'3"	10'10"	11'4"	11'11"	12'7"	13'2"
Distance in m	3.12	3.29	3.46	3.64	3.83	4.01

Stimpmeter : 12ft (3.65m)

Graduations	01	02	03	04	05	06
Distance in ft	8'8"	9'2"	9'9"	10'4"	10'12"	11'7"
Distance in m	2.62	2.80	2.97	3.16	3.35	3.54

Stimpmeter : 12ft (3.65m)

Graduations	07	08	09	10	11	12
Distance in ft	12'3"	12'11"	13'7"	14'4"	15'	15'10"
Distance in m	3.74	3.94	4.15	4.37	4.59	4.82

# BIGTILT

BY WELLPUTT

**MANY EXERCISES  
TO TRAIN WITH!**



**WELL-LINE**  
Visualization system

**"BALL-STOPPER"  
EDGE**

**VIDEO PROJECTOR**

**TILTING SYSTEM**  
Left/right or right/left  
Dictated by the app  
Tilts up to 5%

**AVAILABLE IN 3 SIZES**  
16.4ft (5m)  
13.1ft (4m)  
9.8ft (3m)

**STEP**  
(optional)



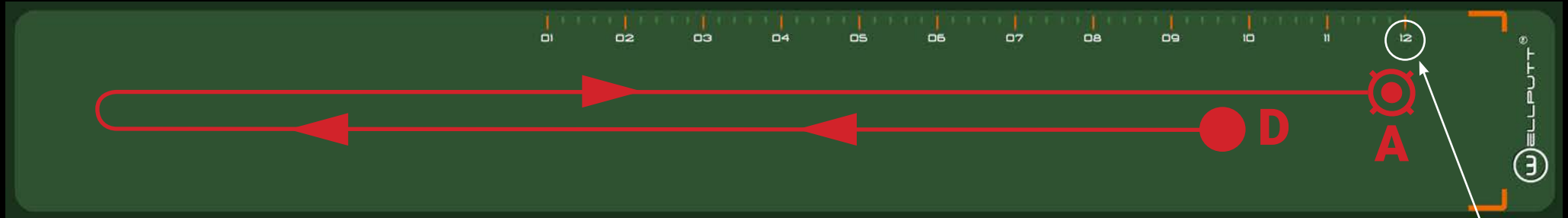
More information at [wellputt.com](http://wellputt.com)

## TABLEAUX D'ÉQUIVALENCE DE VITESSES DE GREENS DIFFÉRENTES

Nous sommes conscients que la vitesse d'un green évolue d'un golf à l'autre et même d'un jour à l'autre sur un même parcours. Les tableaux ci-dessous permettront de connaître la distance qu'aurait parcourue votre balle sur un green avec un Stimpmeter différent de celui de notre tapis.

Exemple :

Si ma balle s'arrête à hauteur de la graduation 12 (cf. illustration ci-dessus), la distance de mon putt sera de 3.21m / 4.01m / 4.82m sur un green dont la vitesse de roule est de 2.45m / 3.05m / 3.65m au stimpmeter.



Stimpmeter : 2.45m (8ft)

Graduations	01	02	03	04	05	06
Distance en ft	5'9"	6'1"	6'6"	6'11"	7'4"	7'9"
Distance en m	1.75	1.86	1.98	2.10	2.23	2.36

Stimpmeter : 2.45m (8ft)

Graduations	07	08	09	10	11	12
Distance en ft	8'2"	8'6"	9'1"	9'7"	10'	10'6"
Distance en m	2.49	2.63	2.77	2.91	3.06	3.21

Stimpmeter : 3.05m (10ft)

Graduations	01	02	03	04	05	06
Distance en ft	7'2"	7'8"	8'2"	8'6"	9'2"	9'8"
Distance en m	2.19	2.33	2.48	2.63	2.79	2.95

Stimpmeter : 3.05m (10ft)

Graduations	07	08	09	10	11	12
Distance en ft	10'3"	10'10"	11'4"	11'11"	12'7"	13'2"
Distance en m	3.12	3.29	3.46	3.64	3.83	4.01

Stimpmeter : 3.65m (12ft)

Graduations	01	02	03	04	05	06
Distance en ft	8'8"	9'2"	9'9"	10'4"	10'12"	11'7"
Distance en m	2.62	2.80	2.97	3.16	3.35	3.54

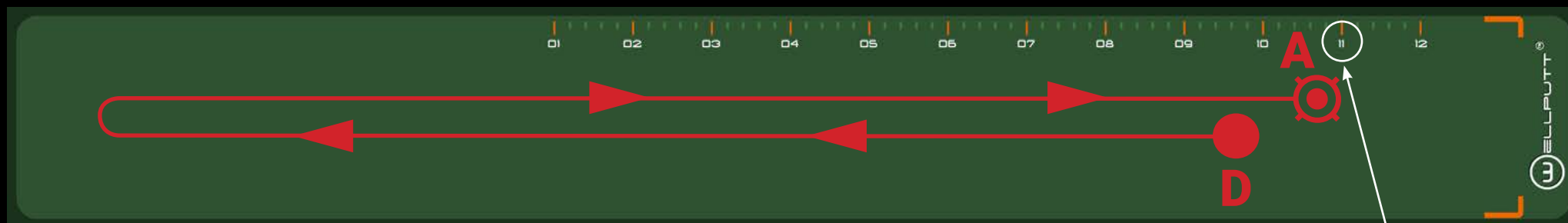
Stimpmeter : 3.65m (12ft)

Graduations	07	08	09	10	11	12
Distance en ft	12'3"	12'11"	13'7"	14'4"	15'	15'10"
Distance en m	3.74	3.94	4.15	4.37	4.59	4.82

# TABLEAU D'ÉQUIVALENCE

Stroke Master, des putts jusqu'à 5 mètres (16.4ft) sur un tapis de 2.5 mètres (8.2ft)

Via un outil de mesure universel appelé Stimpmeter\*, Wellputt a créé un tableau d'équivalence qui vous permet de connaître la distance qu'aurait parcourue votre balle à plat.



Stimpmeter de votre tapis Stroke Master: 3.35m (11ft)

Graduations	01	02	03	04	05	06
Distance parcourue en ft	7'11"	8'5"	8'11"	9'6"	10'08"	10'8"
Distance parcourue en m	2.41	2.56	2.73	2.89	3.07	3.24

\*Le Stimpmeter est une règle en bois ou en aluminium permettant d'évaluer la vitesse moyenne d'un green en appliquant une vitesse connue à une balle de golf et en mesurant la distance parcourue en mètres ou en feet.

Stimpmeter de votre tapis Stroke Master: 3.35m (11ft)

Graduations	07	08	09	10	11	12
Distance parcourue en ft	11'3"	11'11"	12'6"	13'2"	13'10"	14'6"
Distance parcourue en m	3.43	3.62	3.81	4.01	4.21	4.42

Exemple :

Si ma balle s'arrête à hauteur de la graduation 11 (cf. illustration ci-dessus), la distance de mon putt sera de 4.21m (13'10") sur un green dont la vitesse de roue est de 3.35m au stimpmeter (comme sur le Stroke Master).

## JEU #3 ▶ GRAVIR L'EVEREST

- (D) Départ
- (A) Arrivée

Le départ de tous les exercices se situe à l'emplacement de la balle imprimée, au centre de l'arc.

 PERFORMANCE : 100%  FEEL : 100%

### Nombre de joueurs :

1

### Mise en place :

Tapis sur rampe.

### Palier :


Chaque palier se situe sur la zone entre 3 chiffres de graduation sur le côté.

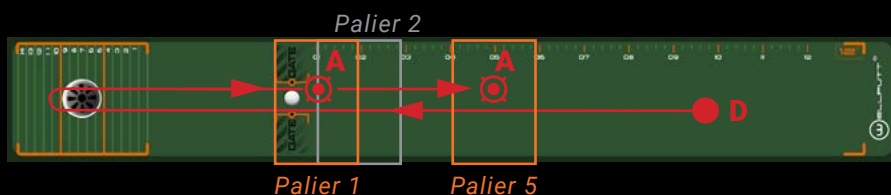
Exemple :

Le palier 1 s'étend du chiffre 0 (imprimé «Gate») jusqu'au chiffre 3, comme indiqué sur le dessin ci-dessous.

Le palier 2 s'étend du chiffre 1 jusqu'au chiffre 3, etc.

### Nombre de vies :

 3 (vous avez le droit à deux échecs pour réussir l'exercice)



### Règles du jeu :

- Placez la balle sur le point départ (D), puttez 1 balle en passant par la rampe afin qu'elle s'arrête dans le palier 1.
- Effectuez la même opération pour les paliers 1 à 12.
- En cas d'échec, vous ne redescendez pas au palier inférieur, vous avez 2 autres vies.
- Astuce : Pour simplifier l'exercice au début, vous pouvez élargir la zone de chaque palier (p.ex. palier 1 du chiffre 0 à 4, etc.) ou augmenter le nombre de vies à votre disposition.

Chronométrez votre ascension pour améliorer vos performances.

## JEU #4 ▶ MONTÉE / DESCENTE

- (D) Départ
- (A) Arrivée

Le départ de tous les exercices se situe à l'emplacement de la balle imprimée, au centre de l'arc.

 FEEL : 100%

### Nombre de joueurs :

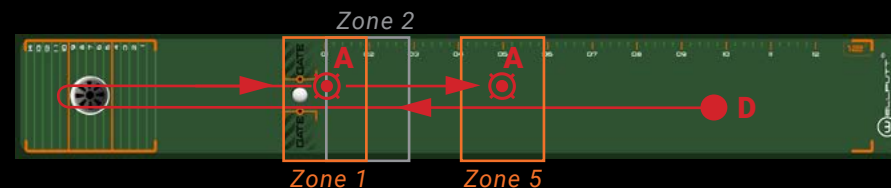
2

### Mise en place :

Tapis sur rampe.

### Zones :

Identiques aux paliers de l'exercice précédent.



### Règle du jeu :

- Placez la balle sur le point départ (D)
- Puttez 1 balle vers la zone 1 en passant par la rampe.
- Effectuez la même opération pour les zones 1 à 12.

En cas d'échec, la suite dépend de votre erreur :

Si votre putt est resté trop court, vous re-descendez à la zone inférieure.  
Si votre putt a dépassé la zone (p.ex. la balle s'est arrêtée en zone 2 au lieu de la zone 1 visée), vous avez le droit à un autre essai.


En cas d'échec lors de cette deuxième chance, vous re-descendez à la zone inférieure.

En effet, le concept Wellputt consiste à valoriser le fait de dépasser la cible, au lieu de rester trop court.

**Never up, never in!**

Le premier joueur qui réussit les 12 zones remporte la partie.

## JEU #1 ▶ LA MORT SUBITE

- (D) Départ  (A) Arrivée

Le départ de tous les exercices se situe à l'emplacement de la balle imprimée, au centre de l'arc.

 **TECHNIQUE : 100%**  **FEEL : 80%**

### Nombre de participants :

Illimité.

### Mise en place :

Tapis sur rampe. Wellhole en position "zéro tolérance" placé au niveau du trou.




Wellhole (zéro tolérance)

### Règle du jeu :

- Placer la balle sur le point départ (D).
- Chaque joueur putte à tour de rôle vers la cible (A).

*Le premier qui réussit à mettre la balle dans le trou, remporte le jeu.*

## JEU #2 ▶ POKER FACE

- (D) Départ  (A) Arrivée

Le départ de tous les exercices se situe à l'emplacement de la balle imprimée, au centre de l'arc.

 **FEEL : 100%**

### Nombre de participants :

Illimité.

### Mise en place :

Tapis sur rampe. Un marque balle ou une pièce de monnaie est nécessaire pour ce jeu.



### Règle du jeu :

- Le premier joueur place un repère (\$) sur la graduation sur le côté du tapis.
- Ce repère devient la cible des 2 joueurs.
- Chaque joueur putte vers la rampe.
- Le joueur dont la balle termine la plus proche de la cible marque 1 point.

- Le joueur 2 place à son tour un repère et définit donc la nouvelle cible.

*Le premier joueur qui obtient 5 points remporte la partie.*

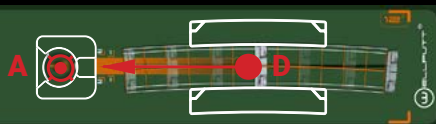
# NIVEAU 5

6 balles à jouer par exercice. Marquez 14 points au minimum pour valider l'ensemble des exercices du Stroke Master. Une balle réussie vaut 1 point.

## TECHNIQUE

### Mise en place :

Tapis sur rampe. Wellguide en utilisation "chemin de club" avec quelques millimètres d'espacement entre le Wellguide et votre putter. Wellhole en position "zéro tolérance" placé au niveau de la sortie de balle numéro 3 du Wellstroke.



Wellhole (zéro tolérance) + Wellguide (chemin de club)

### Exercice :

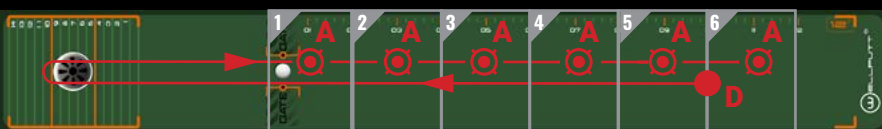
- Placez la balle sur le point de départ (D).
- Visez avec précision pour faire rentrer la balle dans le Wellhole.

**Objectif :** (Chaque balle finissant dans le Wellhole vaut 1 point)  
6 points possibles.

## FEEL

### Mise en place :

Tapis sur rampe.



Zone 1 Zone 2 Zone 3 Zone 4 Zone 5 Zone 6

### Exercice :

Travaillez votre contrôle de vitesse.

- Placez la balle sur le point départ (D), poussez 1 balle dans la zone 1 en passant par la rampe.
- Effectuez la même opération en respectant l'ordre de jeu suivant : Zone 1, 6, 2, 5, 3, puis la zone 4

**Objectif :** (Chaque balle finissant dans la bonne zone vaut 1 point)  
6 points possibles.

- (D) Départ
- (A) Arrivée

Le départ de tous les exercices se situe à l'emplacement de la balle imprimée, au centre de l'arc.

## PERFORMANCE

### Mise en place :

Tapis sur rampe. Wellhole en position "zéro tolérance" placé au niveau du trou.



Wellhole (zéro tolérance)

### Exercice :

- Placez la balle sur le point de départ (D).
- Visez avec précision pour faire rentrer la balle dans le Wellhole.

**Objectif :** (Chaque balle finissant dans le Wellhole vaut 1 point)  
6 points possibles.



## STROKE MASTER CHAMPION



CARTE DE SCORE

NIVEAU 5

Nom du joueur	Date du jour	Technique	Feel	Performance	Total
		/6	/6	/6	/18
		/6	/6	/6	/18
		/6	/6	/6	/18
		/6	/6	/6	/18
		/6	/6	/6	/18
		/6	/6	/6	/18
		/6	/6	/6	/18
		/6	/6	/6	/18

Votre score total doit être supérieur à 14 points pour valider l'ensemble des exercices du Stroke Master.



# NIVEAU 4

6 balles à jouer par exercice. Marquez 14 points au minimum pour passer au niveau supérieur.  
*Une balle réussie vaut 1 point.*

## TECHNIQUE

### Mise en place :

Tapis sur rampe. Wellhole en position "zéro tolérance" placé au niveau de la sortie de balle numéro 3 du Wellstroke.



Wellhole (zéro tolérance)

### Exercice :

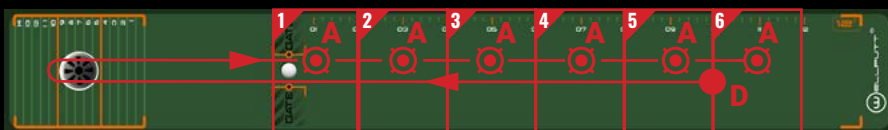
- Placez la balle sur le point de départ (D).
- Visez avec précision pour faire rentrer la balle dans le Wellhole.

**Objectif :** (Chaque balle finissant dans le Wellhole vaut 1 point)  
 6 points possibles.

## FEEL

### Mise en place :

Tapis sur rampe.



Zone 1 Zone 2 Zone 3 Zone 4 Zone 5 Zone 6

### Exercice :

- Travaillez votre contrôle de vitesse.
- Placez la balle sur le point départ (D), puttez 1 balle dans la zone 1 en passant par la rampe.
  - Effectuez la même opération pour les zones 2, 3, 4, 5 et 6.

**Objectif :** (Chaque balle finissant dans la bonne zone vaut 1 point)  
 6 points possibles.

- (D) Départ
- (A) Arrivée

Le départ de tous les exercices se situe à l'emplacement de la balle imprimée, au centre de l'arc.

## PERFORMANCE

### Mise en place :

Tapis sur rampe. Wellhole en position "simulation d'un trou" placé au niveau de l'indicateur "GATE".



Wellhole (zéro tolérance)

### Exercice :

- Placez la balle sur le point de départ (D).
- Visez avec précision pour faire rentrer la balle dans le Wellhole.

**Objectif :** (Chaque balle finissant dans le Wellhole vaut 1 point)  
 6 points possibles.

## STROKE MASTER

### CARTE DE SCORE

### NIVEAU 4

Nom du joueur	Date du jour	Technique	Feel	Performance	Total
		/6	/6	/6	/18
		/6	/6	/6	/18
		/6	/6	/6	/18
		/6	/6	/6	/18
		/6	/6	/6	/18
		/6	/6	/6	/18
		/6	/6	/6	/18
		/6	/6	/6	/18

Votre score total doit être supérieur à 14 pour passer au niveau 5.

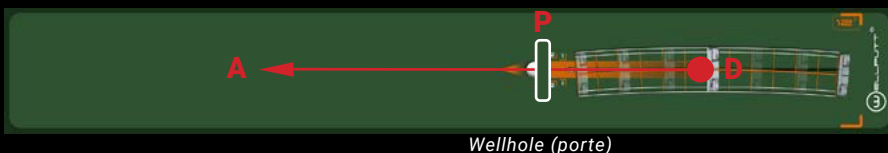
# NIVEAU 3

6 balles à jouer par exercice. Marquez 12 points au minimum pour passer au niveau supérieur.  
*Une balle réussie vaut 1 point.*

## TECHNIQUE

### Mise en place :

Tapis sur rampe. Wellhole en position "porte" placé au niveau de la sortie de balle numéro 3 du Wellstroke.



Wellhole (porte)

### Exercice :

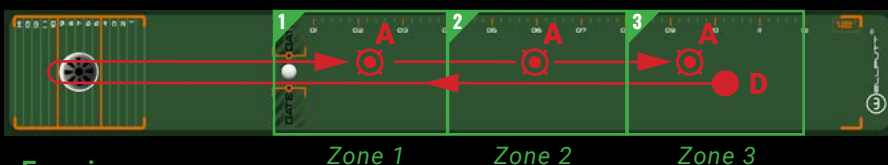
- Placez la balle sur le point de départ (D).
- Faites passer le maximum de balles sur 6 par la porte pour travailler votre sortie de balle. La distance de votre putt n'a pas d'importance sur cet exercice.

**Objectif :** (Chaque balle passée par la porte vaut 1 point)  
 6 points possibles.

## FEEL

### Mise en place :

Tapis sur rampe.



### Exercice :

Travaillez votre contrôle de vitesse.

- Placez la balle sur le point de départ (D), puttez 1 balle dans la zone 1 en passant par la rampe.
- Effectuez la même opération en respectant l'ordre de jeu suivant : Zone 1, 2, 3, 3, 2, puis la zone 1.

**Objectif :** (Chaque balle finissant dans la bonne zone vaut 1 point)  
 6 points possibles.

• (D) Départ    (A) Arrivée    P (P) Passage

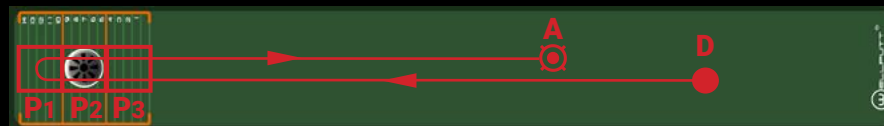
Le départ de tous les exercices se situe à l'emplacement de la balle imprimée, au centre de l'arc.

## PERFORMANCE

### Mise en place :

Tapis sur rampe.

*Zone d'arrivée (non définie)*



### Exercice :

Travaillez votre performance.

- Placez la balle sur le point de départ (D), puttez 2 balles vers la zone de passage (P1), définie sur le dessin ci-dessus.
- Effectuez la même opération pour la zone de passage (P2) et (P3)

La distance de votre putt au retour de la rampe n'a pas d'importance sur cet exercice.

**Objectif :** (Chaque balle passant dans la bonne zone vaut 1 point)  
 6 points possibles.

## STROKE MASTER

### CARTE DE SCORE

NIVEAU 3

Nom du joueur	Date du jour	Technique	Feel	Performance	Total
		/6	/6	/6	/18
		/6	/6	/6	/18
		/6	/6	/6	/18
		/6	/6	/6	/18
		/6	/6	/6	/18
		/6	/6	/6	/18
		/6	/6	/6	/18
		/6	/6	/6	/18

*Votre score total doit être supérieur à 12 pour passer au niveau 4.*

# NIVEAU 2

6 balles à jouer par exercice. Marquez 12 points au minimum pour passer au niveau supérieur.  
*Une balle réussie vaut 1 point.*

## TECHNIQUE

### Mise en place :

Tapis sur rampe. Wellguide en utilisation "chemin de club" avec quelques millimètres d'espacement (selon votre niveau de jeu) entre le Wellguide et votre putter. Wellhole en position "porte" placé au niveau de la sortie de balle numéro 3 du Wellstroke.



Wellhole (porte) + Wellguide (chemin de club)

### Exercice :

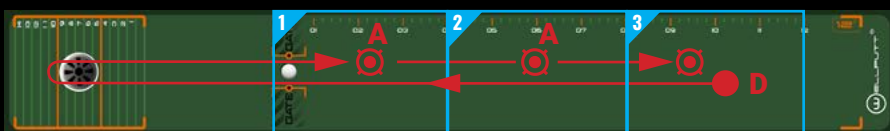
- Placez la balle sur le point de départ (D).
- Effectuez le putt en faisant évoluer le putter sans toucher le Wellguide.
- Faites passer le maximum de balles sur 6 par la porte pour travailler la sortie de balle. La distance de votre putt n'a pas d'importance sur cet exercice.

**Objectif :** (Chaque balle passée par la porte vaut 1 point)  
 6 points possibles.

## FEEL

### Mise en place :

Tapis sur rampe.



### Exercice :

- Travaillez votre contrôle de vitesse.
- Placez la balle sur le point départ (D), puttez 2 balles dans la zone 1 en passant par la rampe.
  - Effectuez la même opération pour les zones 2 et 3.

**Objectif :** (Chaque balle finissant dans la zone indiquée vaut 1 point)  
 6 points possibles.

• (D) Départ    (A) Arrivée    P (P) Passage

Le départ de tous les exercices se situe à l'emplacement de la balle imprimée, au centre de l'arc.

## PERFORMANCE

### Mise en place :

Tapis sur rampe.



### Exercice :

- Placez la balle sur le point de départ (D).
- Puttez les 6 balles en visant la zone définie sur le dessin ci-dessus (Zone marquée par les chiffres 10 à 14 & largeur du trou). La distance de votre putt au retour de la rampe n'a pas d'importance sur cet exercice.

**Objectif :** (Chaque balle passant dans la zone indiquée vaut 1 point)  
 6 points possibles.

## STROKE MASTER

### CARTE DE SCORE

### NIVEAU 2

Nom du joueur	Date du jour	Technique	Feel	Performance	Total
		/6	/6	/6	/18
		/6	/6	/6	/18
		/6	/6	/6	/18
		/6	/6	/6	/18
		/6	/6	/6	/18
		/6	/6	/6	/18
		/6	/6	/6	/18
		/6	/6	/6	/18

*Votre score total doit être supérieur à 12 pour passer au niveau 3.*

# NIVEAU 1

6 balles à jouer par exercice. Marquez 12 points au minimum pour passer au niveau supérieur.  
Une balle réussie vaut 1 point.

## TECHNIQUE

### Mise en place :

Tapis sur rampe. Wellguide l'un sur l'autre en mode support. Wellhole en position "porte" placé au niveau de la sortie de balle numéro 3 du Wellstroke.



Wellhole (porte) + Wellguide (support)

### Exercice :

- Placez la balle sur le point de départ (D).
- Le putter appuyé sur le Wellguide, effectuez le mouvement de putt afin de faire passer le maximum de balles sur 6 par la porte pour travailler votre sortie de balle. La distance de votre putt n'a pas d'importance sur cet exercice.

**Objectif :** (Chaque balle passée par la porte vaut 1 point)  
6 points possibles.

## FEEL

### Mise en place :

Tapis sur rampe.



Zone 1

Zone 2

### Exercice :

- Placez la balle sur le point de départ (D).
- Puttez 3 balles dans la zone 1 en utilisant la rampe.
- Effectuez la même opération pour la zone 2.

**Objectif :** (Chaque balle finissant dans la zone indiquée vaut 1 point)  
6 points possibles.

• (D) Départ    ○ (A) Arrivée    P (P) Passage

Le départ de tous les exercices se situe à l'emplacement de la balle imprimée, au centre de l'arc.

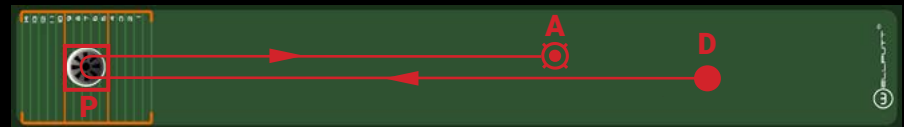
## PERFORMANCE

### Mise en place :

Tapis sur rampe.

Zone à viser

Zone d'arrivée (non définie)



### Exercice :

- Placez la balle sur le point de départ (D).
- Puttez les 6 balles en visant la zone définie sur le dessin ci-dessus.
- Visez la zone définie au dessus sur le dessin (Zone marquée par les chiffres 5 à 9 & largeur du trou). La distance de votre putt au retour de la rampe n'a pas d'importance sur cet exercice.

**Objectif :** (Chaque balle passant dans la zone indiquée vaut 1 point)  
6 points possibles.

## STROKE MASTER

### CARTE DE SCORE

NIVEAU 1

Nom du joueur	Date du jour	Technique	Feel	Performance	Total
		/6	/6	/6	/18
		/6	/6	/6	/18
		/6	/6	/6	/18
		/6	/6	/6	/18
		/6	/6	/6	/18
		/6	/6	/6	/18
		/6	/6	/6	/18
		/6	/6	/6	/18

Votre score total doit être supérieur à 12 pour passer au niveau 2.

# STROKE MASTER

## STROKE, ROLL & REPEAT

### 15 EXERCICES & JEUX

#### Une séance d'entraînement comme un pro.

En effet, sur chaque niveau vous travaillerez les trois piliers du putting. L'ordre d'exécution de chaque exercice est primordial pour un résultat optimal.



#### 1. TECHNIQUE



#### 2. FEEL



#### 3. PERFORMANCE



#### Une bonne mise en condition pour un entraînement plus performant.

Une mise en condition au plus proche possible de celle de votre pratique en extérieur vous permettra d'augmenter vos chances de reproduire les mouvements sur le parcours.

- Positionnez le tapis sur un sol le plus plat possible.
- Utilisez 3 balles de jeu identiques.
- Utilisez des chaussures de la même hauteur que vos chaussures de golf pour maintenir les mêmes angles de posture que sur le parcours.



Wellputt a conçu ce programme d'entraînement sur la base des trois piliers du putting. Cela vous permettra de progresser sur chaque clef du putting indépendamment, afin de scorer sur le green.

**1. Les exercices techniques** vous feront travailler votre chemin de club pour une régularité de contact, de roule et de sortie de balle.

**2. Le dosage de vos putts est le second pilier du putting.** Savoir bien gérer la vitesse de votre balle vous permettra d'améliorer vos chances de rentrer vos putts. En premier lieu, il est prouvé qu'un putt ayant suffisamment de vitesse résistera mieux aux pentes et aura donc une meilleure chance de rentrer. Deuxièmement, si un putt est manqué sur une première tentative, une bonne vitesse lors de ce dernier permettra d'assurer le second putt.

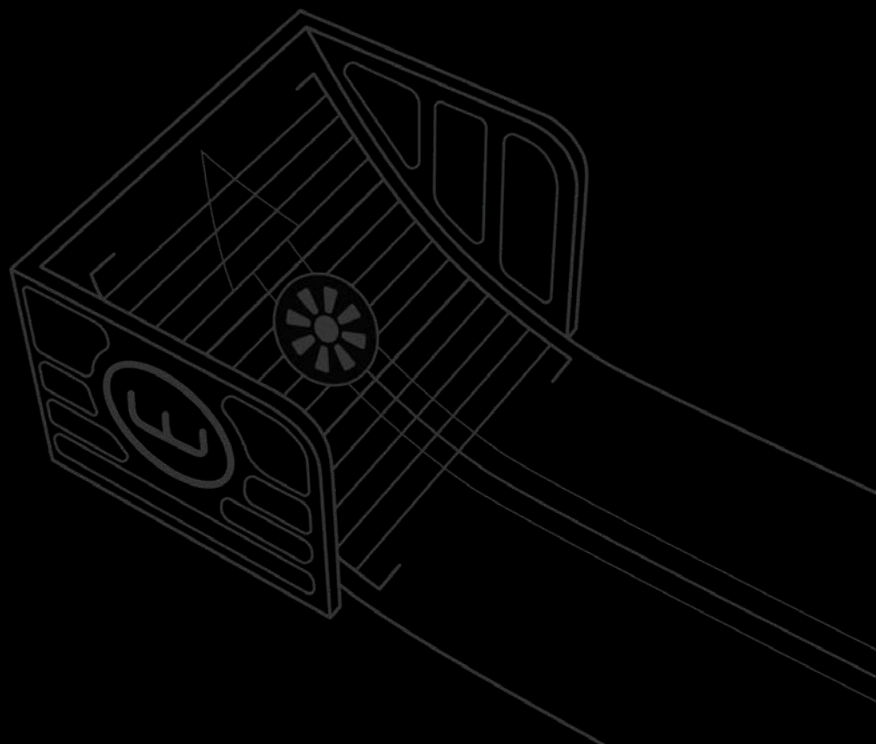
**3. La performance** est le résultat attendu par chaque golfeur compétiteur. Nos exercices ont été conçus pour repousser vos limites et augmenter vos chances d'être performant sur le parcours.

Grâce au Stroke Master et à ses exercices, vous gagnerez confiance en votre technique de putting pour de meilleures performances sur le parcours.



## STROKE MASTER

STROKE, ROLL & REPEAT



## L'INSTALLATION DE VOTRE STROKE MASTER

Suivez les 4 étapes ci-dessous pour installer correctement votre Stroke Master :



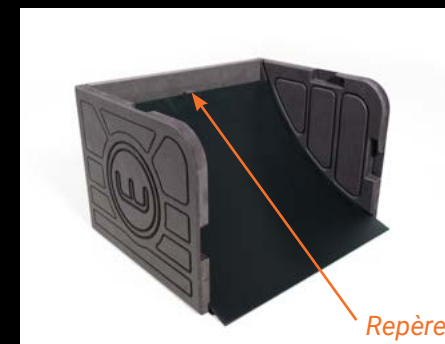
**Étape 1 :**  
Retirez les deux parties du Wellguide de leur emplacement.



**Étape 2 :**  
Sortir le Tapis.



**Étape 3 :**  
Retirez le Wellhole.  
(balles non incluses)



**Étape 4 :**  
Calez le fond de la rampe par rapport au repère, et positionnez votre tapis.

 **VOTRE STROKE MASTER EST PRÊT : BON ENTRAÎNEMENT**



## TRAVAILLEZ VOTRE POSTURE



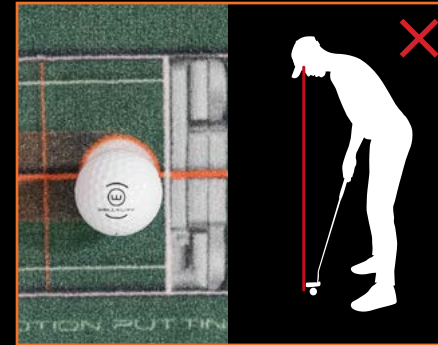
### Barre d'alignement

Permet d'aligner le putter perpendiculairement à l'objectif.



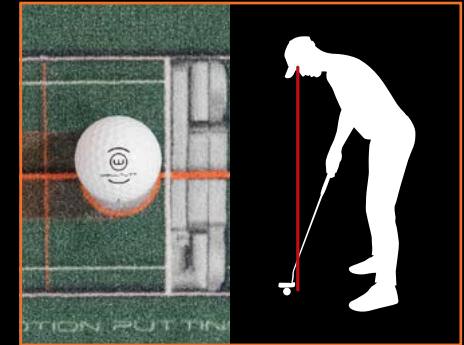
### Contrôle de la position des yeux

Un marqueur circulaire vous permet de contrôler votre placement des yeux au-dessus de la balle.



### Les yeux au-delà de la balle

Si vous voyez une partie du cercle orange au-dessus de la balle, cela signifie que votre regard porte au-delà de la balle.

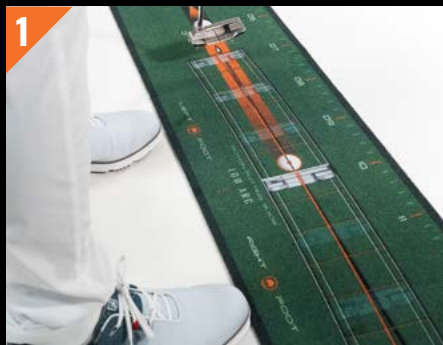


### Les yeux entre vous et la balle

Si vous voyez le cercle orange en-dessous de la balle, cela signifie que votre regard se dirige entre vos pieds et votre balle. Dans ce cas-là, il ne s'agit pas d'une erreur majeure car certains des meilleurs joueurs mondiaux ont cette position.

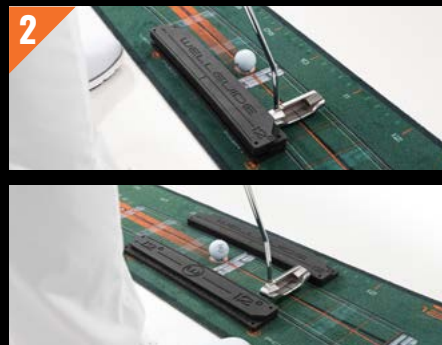


## TRAVAILLEZ VOTRE CHEMIN DE CLUB



### Arc

L'arc (imprimé sur le tapis) est aussi appelé «Wellstroke» dans les exercices car il correspond au produit de ce nom de la gamme Wellputt.



### Rotation de la tête de club

Les images de la tête de putter sur l'arc vous permettent de vérifier si votre face de putter est square tout le long de votre chemin de club.

Outil pédagogique :  (Wellguide)



### Contrôle de votre sortie de balle

Positionnez des objets (ou Indoor Tees by Wellputt) afin de contrôler votre sortie de balle. Plus la porte est petite, plus l'exigence est élevée.

## WELLGUIDE



↔ Longueur : 39cm (15.3in)

↑↓ Largeur : 6.5cm (2.6in)

🏋️ Poids : 220g (7.8oz)



Lors des exercices vous aurez à utiliser les deux positions différentes du Wellguide.

**1**

**Chemin de club**

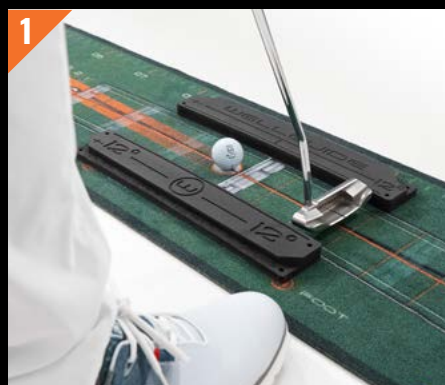
Effectuez votre mouvement de putt dans l'espace entre les 2 pièces, en laissant une marge de tolérance de quelques millimètres (selon votre niveau de jeu). Placez le Wellguide sur les 2 côtés de l'arc imprimé sur le tapis.

**2**

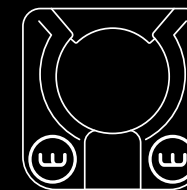
Vue de côté

**Support de club**

Glissez le talon de votre putter sur les 2 pièces empilées (fixez-les ensemble avec des tees) Entraînez-vous afin d'enregistrer le mouvement de votre chemin de putter dans votre mémoire musculaire.



## WELLHOLE



↔ Longueur : 15cm (5.9in)

↑↓ Largeur : 15cm (5.9in)

🏋️ Poids : 660g (23.3oz)

Lors des exercices vous aurez à utiliser les trois différentes positions possibles du Wellhole.

**1**

**Simulation d'un trou**

Le Wellhole vous permet d'avoir une meilleure perception de votre résultat.

**2**

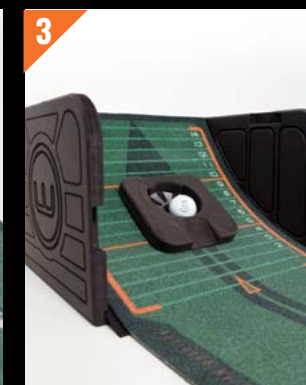
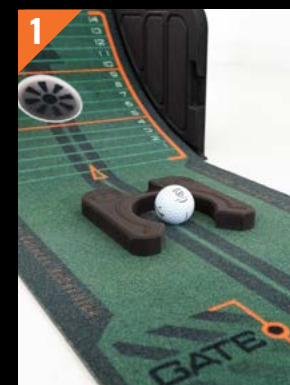
**Une porte de passage**

Mettez-la en place pour perfectionner votre départ de balle avec précision et régularité.

**3**

**Entraînement "zéro tolérance"**

L'entrée de la taille d'une balle exige une précision ultime et une bonne vitesse.







## REPÈRES VISUELS DE LA RAMPE

### 3 zones de visée



Trois zones, imprimées en orange sur la partie du tapis posée sur la rampe, vous serviront de repère visuel lors de vos entraînements, plus particulièrement lors des exercices du contrôle de la distance.

### Pour une précision ultime



Apportez plus de précision à votre contrôle de la distance en utilisant la graduation (chiffres) indiquée sur le côté droit du tapis.

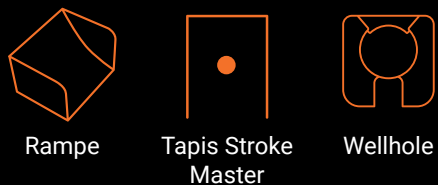


# LE CONCEPT

*"Stroke, Roll and Repeat"*  
Devenez maître de votre chemin de club et de votre dosage.

Un bon putt est le résultat d'un bon dosage associé à une bonne visée.

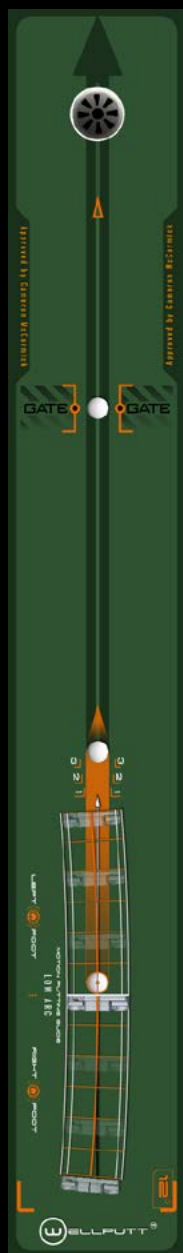
Le pack comprend :



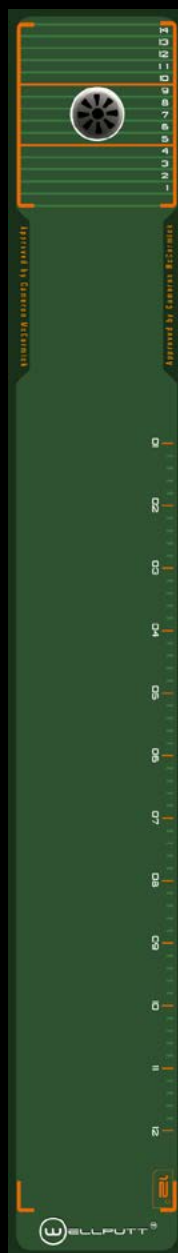
- ↔ Longueur : 2.5m (8'3")
- ↑↓ Largeur : 35cm (13.8")
- 🏠 Poids du pack : 7kg (15.4lbs)
- ⚙️ Vitesse stimp : 3.50m (11.5')

Plus de 15 exercices d'entraînement, disponibles sur l'application Wellputt App (sur iOS et Android)

## CHEMIN DE CLUB



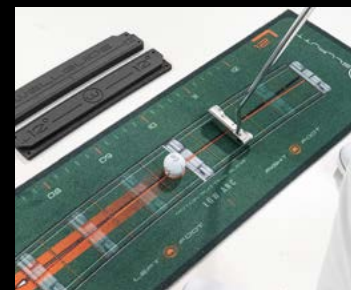
## DOSAGE



# LA RAMPE DU STROKE MASTER



Le concept principal du Stroke Master se situe dans la possibilité de pouvoir répéter votre mouvement à l'infini afin de mieux l'intégrer grâce à votre mémoire musculaire.



## Travail de répétition

Il est prouvé que la répétition d'une tâche ou d'un mouvement permet à votre mémoire musculaire de l'enregistrer de façon inconsciente. Vous serez ainsi capable de restituer ce mouvement dans n'importe quelle situation.



## Putts longs

Pour la première fois, vous pourrez travailler sur un tapis compact (2.50m) le rythme et l'amplitude de longs putts, jusqu'à 5m. Cela vous permettra d'acquérir un mouvement régulier dans la répétition.



## Rangement optimal

Après l'entraînement, placez votre Wellhole à l'intérieur de la rampe, roulez votre tapis et placez les Wellguides dans les encoches sur la rampe pour pouvoir ranger le Stroke Master dans un petit espace.

# SOMMAIRE

## Le Stroke Master

Le Concept	05
La Rampe	06
Le Wellguide	09
Le Wellhole	10
L'entraînement avec le Stroke Master	11
L'installation de votre Stroke Master	14
Technique, Feel, Performance	15

## Les exercices du Stroke Master

Niveau 1	17
Niveau 2	19
Niveau 3	21
Niveau 4	23
Niveau 5	25

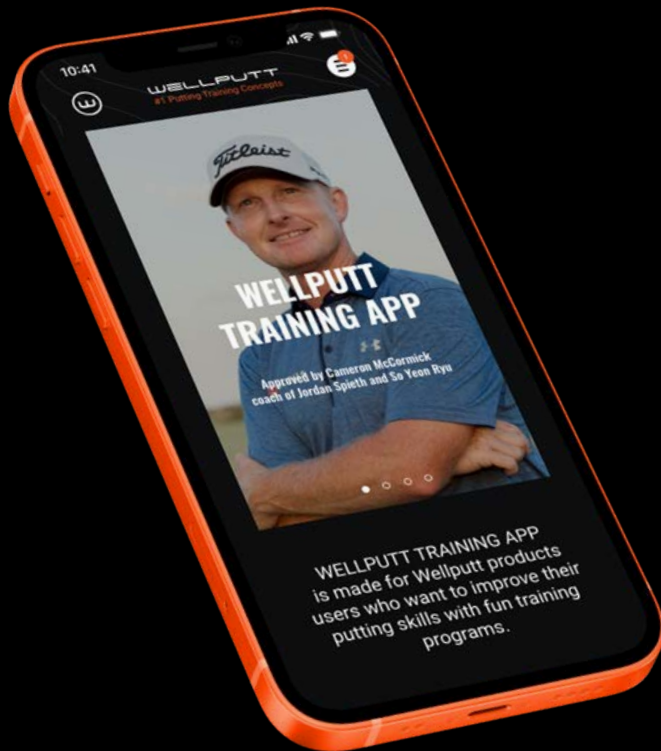
## Les jeux du Stroke Master

Mort Subite	27
Poker Face	28
Gravir l'Everest	29
Montée / Descente	30

## Tableaux d'équivalence

Tableau d'équivalence du Stroke Master	31
Tableaux d'équivalence de vitesses de greens différentes	33





- Enregistrez vos scores
- Partagez vos résultats
- Défiez vos amis

Training Book  
disponible sur Wellputt App



# INTRODUCTION



*Le golf est un jeu unique, complet et exigeant. Le putting, secteur du jeu souvent négligé, vous permet d'améliorer significativement votre score. En effet, le putting représente près de 50% des coups totaux joués sur une partie !*

*Wellputt vous permet de vous entraîner en intérieur ou en extérieur, par tous les temps, tout au long de l'année.*

*Les designs innovants vous donneront des indications claires pour améliorer votre posture, votre alignement, votre toucher de balle, votre routine et votre dosage, tout en gardant un aspect ludique et fun à l'entraînement.*

*Au cours des dernières années, Wellputt est devenu un leader mondial dans l'entraînement au putting, grâce à une approche scientifique des besoins des golfeurs et des performances sportives. Nos tapis et outils d'entraînement sont testés et approuvés par Cameron McCormick (entraîneur de Jordan Spieth et Céline Boutier), meilleur entraîneur du monde en 2015, et désormais ambassadeur de notre marque.*

*Avec Wellputt, devenez le maître du jeu !*





WELLPUTT

# TRAINING BOOK

STROKE MASTER

STROKE, ROLL & REPEAT



FRANÇAIS



APPROVED BY CAMERON MCCORMICK