

# EN PRO I SKAFTET



Mätinstrumenten i Itrainer kan räkna ut exakt hur klubban rör sig i svingen.



## ITRAINER

**Vad:** Ett träningshjälpmedel som mäter klubbans alla rörelser under svingen.

**Hur:** En liten dosa fästs på skaftet direkt under greppet. I dosan finns gyros, kompass och acceleratörer som mäter klubbans rörelser. En dator analyserar alla data och presenterar resultatet grafiskt och med ljud.

**Varför:** För att kunna träna svingrörelser var som helst och snabbt få svar på om förändringar blir förbättringar.

**Pris:** Cirka 6 000 kr

Den snabba digitala utvecklingen ger oss helt nya produkter. Det senaste är en liten dator som monteras på skaftet och som känner av svingen in i minsta detalj. Itrainer är en makalös manick.

**TEXT:** MARTIN WILLNERS

Den tekniska utvecklingen är så snabb just nu så innan du har plockat upp din senaste gadget ur förpackningen har det kommit en ny och bättre. Fast allt är inte bara en utveckling av befintliga produkter, då och då kommer det något helt nytt som vi inte visste att vi behövde men som vi efter att ha provat inte kan leva utan. Kanske är Itrainer en sådan pryl.

Itrainer är en liten dator, stor som en tändsticksask, som monteras precis under greppet på en golfklubba. I datorn finns det fyra olika mätinstrument. Två olika instrument mäter accelerationen i tre olika riktningar, ett annat

kal vägg kan den mäta lie, öppet/stängt klubbhuvud, handpress, attackvinkel, svingtempo och svinghastighet. Utifrån dessa värden kan den också uppskatta spinntal, utgångsvinkel och bollbana för varje enskilt slag.

Alla dessa data presenteras på Itrainers lilla skärm eller som en röst som läser upp resultatet. Alla data kan också sparas i datorn för att senare analyseras i en PC.

Nu är siffror och analyser inte alltid så sexiga och roliga så därför har utvecklarna av Itrainer tagit fram ett antal träningsmoduler som ska göra träningen både mer målmedvet-



instrument mäter vridning av skaftet och det fjärde verktyget är en digital kompass. Dessa mätinstrument samlar in data över tusen gånger per sekund och datorn kan sedan räkna ut exakt hur klubban rör sig i svingen.

**Itrainer är ett** träningshjälpmedel främst tänkt för pros som förstär alla delar i en golfsving. En som har testat det är Thomas Ekholm, pro på Wermö Golf & Country Club.

– Itrainer är mycket bättre än jag trodde, hade den bara varit hälften så bra hade jag varit nöjd, säger Thomas. Fördelen jämfört med en video är att den ger direkt feedback både grafiskt och i värden och att Itrainer bara visar klubbans rörelse och inte allt runt omkring som stör. Det är också oerhört smidigt att slipa på alla sladdar – det är bara att montera Itrainern på klubban, låta eleven slå 5–10 svingar och sedan föra över all data trådlöst med bluetooth till min bärbara dator.

– Jag har tränat Wermö's elitjuniorer under drygt en månad med Itrainern och den är suverän för att visa svingspår, klubbans position vid bollträffen och inte minst för att visa hur till exempel ett ändrat grepp påverkar svingen. Dessutom är den ett fantastiskt hjälpmedel för att träna puttnig och för att hitta rätt tempo och rätt svingsår.

Efter att Itrainer har kalibrerats mot en verti-

ten och roligare. Där finns en modul för att kolla av så att spelaren ställer upp sig rätt och siktar rakt mot målet, en annan för att kolla så att svingen håller sig på svingplanet, en tredje för att mäta tempot, en fjärde för bunkerträning och så vidare. Alla dessa moduler ingår i Itrainer och som tillbehör finns ett avancerat analysprogram till datorn.

**Importör av Itrainer** är Bengt Nilsson på Optimal Sport, han såg produkten på mässan Eurogolf i höstas och prylgalen som han är blev han nyfiken.

– Ju mer jag läste och förstod om Itrainer, desto säkrare blev jag att det här var ett riktigt bra träningshjälpmedel, säger Bengt. När jag var i Hongkong i vintras besökte jag företaget Insight Golf som utvecklat Itrainer och innan dagen var över gick jag därifrån med ett distributionskontrakt för hela Skandinavien. Jag kommer att börja med Sverige i år och har redan fått flera intresserade pros och eftersom de hela tiden pratar med varandra så sprider sig Itrainer fortare än jag trodde. Det som är så bra är att Itrainer fungerar med alla klubbor i bagen – drivern, järnklubbor och puttern – och att det dessutom finns färdiga träningsmoduler som gör träningen roligare. Det här är en fantastisk manick som gör att du kan studera svingen på alla tänkbara sätt. ■