



LA TARJETA DEL CADDIE

MÉTODO DE LOS SEIS PILARES



INSTRUCCIONES DE USO:

En cada hoyo, registra un hecho positivo, una decisión inteligente o una respuesta madura ante la dificultad.

Si quieres, además puntúa de 1 a 5 la calidad de tus decisiones:

1 = Reacción (miedo, rabia...) | 3 = Competí | 5 = Respondí como un Estratega del Presente (foco, fluidez, serenidad)



LOS 3 MOMENTOS (Y SUS PILARES ASOCIADOS):



ANTES DEL GOLPE (Pilares 1 y 2): ¿Te preguntaste cuál es la mejor respuesta que puedo dar a este golpe, con los recursos que tengo en este momento?



DURANTE (Pilares 3 y 4): ¿Te comprometiste con tu respuesta con confianza y swing fluido?



DESPUÉS DEL GOLPE (Pilares 5 y 6): ¿Aceptaste el resultado sin quejas y caminaste hacia tu bola como hace el Estratega del Presente?

★ Suma las columnas al finalizar la vuelta. La columna con menor puntuación señala exactamente qué pilares del método debes entrenar más.

HOYO	PAR	RESULTADO	MI MEJOR RESPUESTA DEL HOYO (Hecho positivo, decisión inteligente o respuesta madura ante la dificultad)	CALIDAD DE MI RESPUESTA (1-5)			TOTAL (1-15)
				1. ANTES (Pilares 1 y 2)	2. DURANTE (Pilares 3 y 4)	3. DESPUÉS (Pilares 5 y 6)	
1							
2							
3							
4							
5							
6							
7							
8							
9							
OUT							
10							
11							
12							
13							
14							
15							
16							
17							
18							
IN							
TOTAL							



¿QUÉ HE APRENDIDO HOY SOBRE MI MANERA DE COMPETIR?



Puedes descargar e imprimir gratuitamente más Tarjetas del Caddie en:

elretodelgolf.com

Tengo una opción