

# Quantum – ScoreCard Golf

| Loch         | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | Anz. Schläge |
|--------------|---|---|---|---|---|--------------|
| 1            |   |   |   |   |   |              |
| 2            |   |   |   |   |   |              |
| 3            |   |   |   |   |   |              |
| 4            |   |   |   |   |   |              |
| 5            |   |   |   |   |   |              |
| 6            |   |   |   |   |   |              |
| 7            |   |   |   |   |   |              |
| 8            |   |   |   |   |   |              |
| 9            |   |   |   |   |   |              |
| <b>Total</b> |   |   |   |   |   |              |

## Quantum Bewertung:

Beurteile den Anteil „Lockerheit“ bei jedem Schlag auf einer Skala von 1 bis 5

1 = Ein Schlag mit voller Muskelkraft    5 = Der Schlag schlägt sich selbst (Quantum)



# Quantum – ScoreCard Tennis



| Game         | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | Punktstand |
|--------------|---|---|---|---|---|------------|
| 1            |   |   |   |   |   |            |
| 2            |   |   |   |   |   |            |
| 3            |   |   |   |   |   |            |
| 4            |   |   |   |   |   |            |
| 5            |   |   |   |   |   |            |
| 6            |   |   |   |   |   |            |
| 7            |   |   |   |   |   |            |
| <b>Total</b> |   |   |   |   |   |            |

## Quantum Bewertung:

Beurteile den Anteil „Lockerheit“ nach jedem Game auf einer Skala von 1 bis 5

1 = Ein Schlag mit voller Muskelkraft    5 = Der Schlag schlägt sich selbst (Quantum)