

**GRATIS
eBook**

Weck den Tiger in Dir ...

Golf-Tipps für Einsteiger

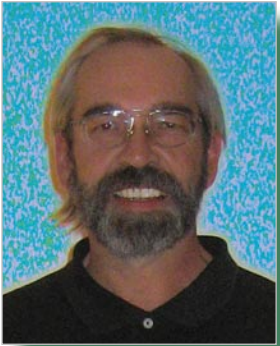
Schont die Nerven, spart Zeit und Geld

- verständlich
- kompakt und
- völlig umsonst

Ideal für alle, die wenig Zeit
haben und dennoch wichtige
Informationen aufnehmen wollen.

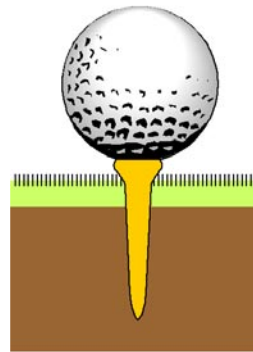


Vorwort



Peter Föll, Diplom-Betriebswirt (FH),
Dialog-Marketing-Experte und pas-
sionierter Golfer, Inhaber des Web-
shops www.golf-handschuhe.de

Wo befindet sich Deutschlands
größter Golfplatz? In Wolfsburg
natürlich ...



*Verehrte Golf-Freundin,
sehr geehrter Golf-Freund,*

*vielleicht geht es Ihnen im Moment ja gerade
so wie mir, als ich vor einigen Jahren mit
Golfen begonnen hatte:*

*Man will auf den Platz, darf aber noch nicht,
denn erst „droht“ ja noch die Platzreife. Und
deshalb heißt es zunächst: üben, üben, üben.*

*Damit der Spaß beim Üben nicht zu kurz kommt
und sich auch schnell Erfolgserlebnisse einstellen,
habe ich Ihnen in diesem kostenlosem eBook ein
paar kleine Tipps zusammengestellt.*

*Das Wichtigste: Lassen Sie sich nicht entmutigen.
Viele Fehler können Sie vermeiden, indem Sie
nicht zu verbissen rangehen, locker bleiben - hier
haben die Frauen uns Männern etwas voraus ...*

*Viel Spaß und viel Erfolg
wünscht Ihnen Ihr*

Peter Föll, Hcp. 16,9

*PS: Dieses eBook ist gratis und darf
auch weiter gegeben werden.*

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	2
Faszination Golf	4
Was man so braucht	5
... und was noch	6
Und sonst?	7
Das Wichtigste	8
Das Spiel	9
Wie gut bin ich	10
... und warum?	11
Das erste Mal	12
Der PRO	13
Fach-Denglish	14
Der Golf-Knigge	15
Strategie!	16
Impressum	17



Dieses eBook ist kostenlos und darf auch weitergegeben werden. Nicht erlaubt sind dagegen das Kopieren von Inhalten oder Bildern ohne Zustimmung des Autors mit Ausnahme der verwendeten Golfersprüche und Witze. Eine Zuwiderhandlung wird strafrechtlich verfolgt.



Faszination Golf

Drei ältere Herren (70, 75 und 80 Jahre) gehen nörgelnd über den Golfplatz. „Die Spielbahnen sind einfach zu lang,“ klagt der Erste. „Mir sind die Bodenwellen viel zu hoch,“ jammert der Zweite. „Und die Bunker sind zu tief,“ brummt der Dritte. Dem jungen Caddy der sie begleitet wird es schließlich zu bunt und er ranzt die drei an: „Ich weiß gar nicht was ihr wollt, seid doch froh – immerhin spielt ihr noch auf der richtigen Seite des Rasens.“

Inzwischen hat sich herumgesprochen, dass auch der Golfsport körperliche und geistige Höchstleistungen erfordert. Und zwar genau dann, wenn man etwas Ehrgeiz entwickelt, besser zu werden. Und nicht nur auf dem Platz herumkriecht, weil Golfen vielleicht gerade „hip“ ist.

Was aber macht die Faszination beim Golfen aus? Einen viel zu kleinen Ball mit völlig ungeeigneten Schlägern in lächerlich kleine Löcher bugsieren zu wollen? Siegen wollen? Wunderbare Landschaften in unserer herrlichen Natur zu erleben? Mal an zwei Tagen hintereinander eine konstante Leistung zu bringen? Sein Handicap zu verbessern? Geschäftliches und Sportliches zu verknüpfen? Ehrgeiz? Leistungswille? Fit bleiben wollen?

Golfen? Da schlaf ich ja ein ...

Das alles und noch viel mehr! Und vor allem ist man immer wieder getrieben, entweder eine schlechte Leistung wettmachen oder ein gutes Ergebnis wiederholen zu wollen. Immer wieder stellt sich die Frage: Ist dieses Spiel überhaupt in den Griff zu bekommen?

Golfen ist vor allem eines: kopfgesteuert! Wenn der Kopf nicht frei ist, spielt man nicht gut und umgekehrt. Deshalb ist es, neben etwas notwendiger Technik, besonders wichtig, auf dem Platz mental einigermaßen stabil zu agieren. Konzentration auf das Spiel, abschalten vom Alltag. Mit etwas Übung gelingt das immer besser. Und hat dann die gleiche entspannende Wirkung wie Yoga. Ein weiterer wichtiger Grund, schon wieder auf den Platz zu rennen ... :-)



Was man so braucht

Golf ist ein Ballsport, bei dem ein kleiner Ball (von mindestens 42,67 mm Durchmesser und einem Gewicht von höchstens 45,93 Gramm) mittels dreier verschiedener Schläger-Arten (Hölzer, Eisen, Putter) mit möglichst wenigen Schlägen über 18 verschiedenen lange Spielbahnen (Par 3, Par 4, Par 5 genannt) vom Start (= Abschlag) ins Ziel (= Loch mit 10,8 cm Durchmesser) befördert werden soll.

Was kompliziert klingt, ist im Grunde genommen recht einfach: Es gilt, einen lächerlich kleinen Ball mit möglichst wenigen Schlägen in ein winziges Loch zu befördern. Je weniger Schläge man braucht, desto besser ist das persönliche „Handicap“.

Man muss dabei verschiedenen Hindernissen (Sand, Wasser, hohes Gras, Bäume) ausweichen oder diese überwinden. Während des Spiels sind bestimmte Regeln (Golf-Regeln und -Etikette) einzuhalten.

Beim Golfspiel bedient man sich diverser „Instrumente“. Zum einen sind es dreierlei verschiedene Schläger. Die Hölzer (mit dem dicken Kopf) sind für lange Schläge, die Eisen (mit den schmalen Schlagflächen) sind für

„Hau-drauf-und-Schluss“

lange bis kurze Distanzen und der Putter dient dazu, im letzten Bahnabschnitt, dem Grün, wie beim Minigolf den Ball ins Loch zu „schubsen“.

Die Schläger werden in einem „Bag“ transportiert, eine mehr oder weniger dicke Röhre mit mehreren Schläger-Fächern und diversen Taschen für die benötigten Utensilien. Bags oder Golf-Taschen gibt es entweder zum Tragen mit einem (Rucksack-) Gurt und ausklappbarem Standfuß oder zum bequemerem Transport mit einem „Trolley“, einem kleinen Wagen, welchen es als einfachen Zieh-Trolley oder als komfortablen Elektro-Trolley mit wiederaufladbarem Akku gibt. (Und für ganz Faule und solche, die es besonders eilig haben, gibt es dann noch das Golf-Auto, einen Zwei- oder Viersitzer.)

Alternativ dazu gibt es auch den menschlichen Trolley, der „Caddy“ genannt wird. Einen Caddy kann man sich mieten; auf manchen Plätzen im Ausland ist er obligatorisch. Caddies sind meistens selber hervorragende Golfer. Fast alle Profis haben einen Caddy, der nicht nur die Ausrüstung transportiert, sondern den Platz vermisst, dem Spieler also die jeweiligen genauen Entfernungen mitteilt und ihn mental unterstützt.

Golfer: „So schlecht habe ich noch nie gespielt!“ Caddy: „Was, Sie haben schon einmal gespielt?“

... und was noch

Unterwegs mit 3er Holz, 5er Eisen und Wedge

Die Schläger sind nach ihrer Länge (und damit auch Weite) durchnummeriert: Das 1er Holz nennt man Driver, das ist der längsten Schläger mit dem man die größten Weiten erzielen kann (über 200 m). Es folgen 3er und 5er Hölzer für mittlere Distanzen von etwa 200 m bis herunter zu 140 m.

Der Übergang der Hölzer zu den Eisen ist fließend. Es gibt beispielsweise auch ein 1er, 2er und 3er Eisen mit denen sehr gute Spieler genau so weit wie mit den langen Hölzern schlagen. Diese sind aber für Golf-Einsteiger in der Regel schwer zu spielen und sollten am Anfang nicht benutzt werden.

Die meist benutzten Eisen sind die 4er, 5er, 6er, 7er, 8er und 9er Eisen, diese unterscheiden sich spieltechnisch gesehen in einer Längendifferenz von circa 10 Metern. Das heisst, mit einem 7er Eisen schlägt man in der Regel 10 m weiter als mit einem 8er Eisen. Mit einem 6er Eisen 10 m weiter als mit einem 7er und so weiter.

Daneben gibt es noch Mischformen von Hölzern und Eisen, diese heißen „Rescue“. Sie vereinen die Weite und gute Spielbarkeit der Hölzer mit der Präzision der

Eisenschläger und sind vor allem aus schwierigen Lagen eine gute Wahl. Analog zu den Eisen gibt es wegen ihrer leichteren Spielbarkeit auch noch Hölzer für die kürzeren Distanzen.

Neben der Länge der Schläger ist der Winkel der Schlagfläche (Loft) entscheidend für die Flugkurve des Balles. Je senkrechter die Schlagfläche, desto länger und flacher die Ballflugkurve und umgekehrt. Beim Driver hat die Schlagfläche eine Neigung von 9,5°-11°; bis über 60° beträgt die Neigung der kürzesten Schläger im Bag, das sind die „Wedges“ (PitchingWedge, SandWedge, LightWedge).

Putter gibt es in 1001 Ausführungen. Vom kurzen Kinder- bis zum langen „broomstick“-Putter, der vor der Brust gehalten wird. Die Urform ist der „Blade“, wie man ihn vom Minigolf-Putter her kennt. Empfehlungen gibt es hier keine, denn die Geschmäcker sind verschieden. Das Design sollte Ihnen zusagen, den Putterfolg kann man testen. Also, auf geht's!

„Ich habe für meine Frau einen Satz Golfschläger bekommen.“ - „Guter Tausch !“



Und sonst?

Drei Damen des Golf-Clubs spazieren über den Rasen und finden unter einem Baum einen nackten Mann liegend, nur das Gesicht mit einer Zeitung bedeckend. „Huch !“ meinte die Erste, „ich dachte schon, das wäre mein Mann.“ „Nein !“ sagt die Zweite, „er ist es nicht.“ „Der ist überhaupt nicht in unserem Club!“ bemerkt die Dritte.

Golfbälle gibt es in verschiedenen Ausführungen, Farben und Preisen. Dies hängt von der mehr oder weniger aufwendigen Herstellung und vom Namen des Herstellers ab. Am Anfang genügen meist die einfachen „Two-Piece“-Bälle, wie es sie beim Discounter gibt. Später, mit mehr Erfahrung und Ballkontrolle, sollte man verschiedene Bälle testen und sich dann für eine Ausführung entscheiden, damit man eine gewisse Konstanz zum Beispiel beim Putten ins eigene Spiel bringt.

Bequeme Golf-Schuhe mit Soft-Spikes und bestens verarbeitete Golf-Handschuhe schützen nicht nur vor Wasserblasen an Händen und Füßen, sondern unterstützen auch durch festen Stand an schrägen Flächen und bei Regen sowie dem richtigen „Grip“, dem rutschfesten Griff, wirksam das eigene Spiel.

Bedenken Sie: Die einzige Verbindung zwischen Ihnen und dem Schläger ist der Handschuh. Deshalb sollte man hier auf Qualität achten und weniger auf den Preis schielen. Es gibt Golf-Handschuhe in Leder- oder Kunststoff-Ausführung. Beide haben Vor- und Nachteile. Leder kann dünn wie eine zweite Haut gefertigt werden. Man spürt den Handschuh dann fast nicht. Le-

Von Pitchgabeln, Tees und „Two-Piece“-Artikeln

der ist allerdings bei Regenwetter weniger zu empfehlen – es wird rutschig und trocknet nur sehr langsam. Deshalb sollte man am besten zwei Golf-Handschuhe mit sich führen: ein Leder- und ein Kunstfaser-Modell. Das Wichtigste bei beiden ist ein guter Grip und eine hervorragende Verarbeitung mit verstärkten Handinnenflächen.

Die übrige Golf-Kleidung sollte locker und bequem sitzen und der Golf-Etikette angemessen sein. Dazu ein Regenanzug, ein stabiler Golfschirm, die Pitchgabel (zur Entfernung von Einschlaglöchern auf dem Grün) sowie einige Tees, kleine Kunststoff- oder Holzstäbchen, mit denen man den Ball am Abschlag (und nur da!) für einen besseren Treffmoment etwas erhöht platzieren („aufteen“) kann, vervollständigen die Ausrüstung.

Ball-Marker zum Markieren seiner Bälle auf dem Grün gibt es in verschiedenen Ausführungen. Meistens ist am Golf-Handschuh einer in Knopfform angebracht – eine Münze tut es in der Regel auch. Es gibt aber auch hier spezielle runde Kunststoff-Marker mit ebener Oberfläche und einem spitzen Dorn an der Unterseite. Diese sind auf jeden Fall allen anderen vorzuziehen.

Das Wichtigste

Was darf es sein? Schläger aus Gold, Diamanten-besetzte Schuhe ...

Leider ist es gerade in Deutschland immer noch so: Wo „Golf“ drauf steht, darf's ruhig ein Hunderter mehr sein. Oder anders gesagt: Für jeden Mist soll man einen Haufen Geld hinlegen, nur um endlich mal spielen zu können?

Sehen Sie es mal so: Wenn Sie Tiger Wood's Schläger hätten und er den billigsten Einsteigersatz ... Was glauben Sie, wer würde besser scoren? Eben!

Deshalb zum Einsteigen ein gebrauchtes oder günstiges Set. Plus eine weitere preiswerte Nachricht: Sie benötigen keinen vollen Schläger-Satz! Sondern nur ein Holz 3, ein 7er Eisen, ein Pitching- und ein Sandwedge sowie einen Putter. Das sind 5 Schläger, am besten in einem leichten Tragebag mit Rucksackgurt. Damit kommen Sie wirklich und wahrhaftig über jeden Platz!

Warum das Ganze? Weil man als Anfänger überhaupt nicht beurteilen kann, welche Schläger besser sind als andere und welche man wirklich braucht. Allerdings, wenn Sie mit Oscar Wilde konform gehen, steht es

Ihnen selbstverständlich frei, sich einfach immer nur das Beste, was für Geld zu haben ist, zuzulegen (auch wenn die guten Stücke nachher gerne mal im Keller oder in der Garage verrotten) ...

Im Ernst, das Wichtigste sind drei Dinge: Weil man mit Wasserblasen und wunden Stellen im allgemeinen weniger schwingvoll an die Sache herangeht – gute, nein die besten Schuhe und ebensolche Handschuhe. Ich empfehle guten Gewissens und ohne Werbevertrag Ian Poulter's Schuhmarke ... (?) Fängt mit „F“ an und hört mit „joy“ auf (Na, haben Sie es?). Gute Handschuhe finden Sie bei mir im Shop. Und als drittes eine leichte Ernährung! Viel Trinken (am besten Wasser) und leichtes Essen (Bananen). Sonnenschutz mit hohem Schutzfaktor sollte sowieso obligatorisch sein.

Bälle? Sind zu Beginn eh „Wegwerf-Artikel“. Deshalb darf es hier ruhig eine Tonne mehr vom Discounter sein. Erst viel später werden Sie feststellen, dass es einen Unterschied macht, ob Sie einen „V1“ spielen oder einen herkömmlichen Two-Piece-Ball von der Stange.

Als ich vor fünf Jahren in Irland war, fragte mich mein Flightpartner nach meinem Namen.

Ich sagte: „Bernhard“. Er antwortete: „Bernhard Longer?“ Ich entgegnete: „Bernhard Shorter“.

Das Spiel

„Caddy, warum schauen Sie dauernd auf ihre Uhr?“ fragt der neugierige Golfer. „Das ist keine Uhr, es ist ein Kompass!“



Beim Golf gibt es drei unterschiedlich lange Arten von Spielbahnen. Diese werden nach der Anzahl der Schläge, die von einem Profi erwartet werden, bezeichnet.

Ein Par 3-Loch ist im Schnitt 150 Meter lang, (der Profi braucht in der Regel 3 Schläge um einzulochen), ein Par 4-Loch etwa 380 Meter (4 Profi-Schläge) und ein Par 5-Loch ist circa 480 Meter (5 Schläge) lang.

Die Anzahl aller Par 3, Par 4 und Par 5-Löcher ergibt dann den sogenannten Platzstandard. Beispielsweise den am häufigsten vorkommenden Par 72-Course mit vier Par 3-Löchern, vier Par 5-Löchern und zehn Par 4-Löchern ($4 \times 3 + 4 \times 5 + 10 \times 4 = 72$).

Alle Informationen zur jeweiligen Spielbahn (Länge der Bahn, Durchmesser des Grüns, Hindernisse, relativer Schwierigkeitsgrad des Loches) sind direkt am Abschlag auf einer Anzeigetafel, auf der Scorecard (Spielergesamt-Karte) und im „Birdiebook“ (kleine Broschüre mit allen Platzinfos) festgehalten.



Spaziergang mit Hindernissen

Was das Spiel noch reizvoller macht, sind natürlich – neben der eigenen Unfähigkeit :-)) – die Hindernisse auf dem Weg ins Loch.

Diese bestehen zum einen aus den verschiedenen landschaftlichen Gegebenheiten (Topografie, Wasser, Bäume, Unterholz) so wie zusätzlichen, künstlich angelegten Hemmnissen wie Sand- oder Grünbunker, Rough- oder Biotop-Flächen nebst weiteren Wasserhindernissen. Zusätzliche Erschwernisse ergeben sich durch die unterschiedlich hoch gemähten Flächen auf und neben der Spielbahn. Die Grüns schließlich sind extrem kurz gemäht, so dass der Ball wie auf einem Teppich laufen kann. Allerdings gibt es hier ebenfalls Schwierigkeiten in Form von Grün-Durchmesser, Höhenunterschieden und Wellen („breaks“), so dass auch hier der Weg ins Loch nicht ganz problemlos ist.

Ist man in einem Hindernis gelandet, so gibt es – je nach Hindernis und Lage des Balls – bestimmte Regeln, wie man weiterspielen muss oder darf. Hierfür und für alle anderen Spielfragen ist ein besonderes Regelwerk zuständig: die offiziellen Golf-Regeln.

Wie gut bin ich ...

54, 36, 28, 12 Und welches Handicap haben Sie?

Golfen ist im Gegensatz zu anderen Ballspielen wie Tennis ein Sport, bei dem durch das sogenannte Handicap-System sich jeder mit jedem messen kann. Ob Jung mit Alt, Frau gegen Mann oder Semi-Profi und Amateur – jeder hat sein persönliches Handicap, welches auf einer gemeinsamen Basis errechnet wird. Dadurch sind die Leistungen vergleichbar und jeder hat die gleichen Chancen.

Dazu gibt es zwei verschiedene Wertungs-Methoden: Das Zählspiel und das Stableford-System. Wie der Name bereits sagt, wird bei der ersten Methode die Anzahl der Schläge pro Loch – und summiert pro Runde – gezählt. Dies ist das sogenannte Brutto-Ergebnis. Das Zählspiel ist die Spielform der Profis und der besseren Golfer bis Handicap 18.

Warum? Bedenken Sie: Wenn Sie als Anfänger ein Zählspiel absolvieren wollten, so hieße das, dass Sie jedes Loch zuende spielen müssen, also so lange, bis der Ball ins Loch fällt. Selbst wenn Sie 20 und mehr Schläge für ein Loch brauchen, was für Golf-Einsteiger keineswegs unrealistisch ist! Dies wäre nicht nur für die Mitspieler eine stundenlange Qual, sondern auch für Sie selbst total demotivierend!

Deshalb hat man das Stableford-System entwickelt, bei dem man seinen Ball einfach aufnehmen kann, wenn eine bestimmte Schlagzahl pro Loch überschritten wird – das Loch wird dann „gestrichen“. Dies beschleunigt den Spielfluß erheblich!

Das Stableford-System beruht auf der Ermittlung einer Punktesumme pro Runde in Abhängigkeit vom persönlichen Handicap. Dies bedeutet im Gegensatz zum Zählspiel: Schlechte Leistungen an einem Loch kann man durch gute Leistungen an anderen Löchern wieder wettmachen! Beim Zählspiel ist dies nur eingeschränkt möglich, da ja immer die gesamte Anzahl der Schläge notiert wird und kein Loch einfach gestrichen werden kann.

Das persönliche Handicap wird nach folgendem System errechnet: In Deutschland beginnen Sie nach dem Absolvieren der Platzreife mit Handicap 54. Dies ist eine Zahlenangabe, welche Ihre erlaubte Schlaganzahl pro Runde über dem Platzstandard beschreibt. Das bedeutet, Sie dürfen sich als Einsteiger 54 Schläge mehr als der Platzstandard erlauben, beispielsweise also 72 (Platzstandard) plus 54 (Ihr Anfangshandicap) ergibt 126 Schläge.

Der Unterschied zwischen Golf und Tennis ist: Tennis ist Mord! – Golf ist Selbstmord!

... und warum?

Oder anders gesagt, Sie dürfen dann jeweils drei Schläge pro Spielbahn mehr als das Par des jeweiligen Loches spielen: Bei einem Par 3-Loch sind dies sechs Schläge, bei einem Par 4-Loch sieben Schläge und bei einem Par 5-Loch acht Schläge.

Demgegenüber müsste ein sehr guter Spieler mit Handicap 0 genau den Platzstandard, in unserem Fall also 72 Schläge, spielen.

Wenn Sie als Anfänger dann in einem Turnier weniger als Ihr Anfangs-Handicap, 126 Schläge, brauchen, so verbessern Sie Ihr Handicap. Nehmen wir an, es läuft super und Sie spielen in einem offiziellen Turnier 44 Schläge „über“ (dem Platzstandard), sie erzielen also 72 plus 44 gleich 116 Schläge. Glückwunsch, dann haben Sie sich bereits von 54 auf Handicap 44 verbessert!

Das Stableford-System vergibt nun die in der folgenden Übersicht aufgelisteten Punkte, gestaffelt nach Handicap. 36 Netto- oder Stableford-Punkte hat man, wenn man genau sein Handicap gespielt hat. Hat man mehr, so verbessert sich das Handicap, erzielt man weniger, so kann man sich auch wieder verschlechtern.

Von Birdies und Eagles und anderen Vögeln

Das Stableford-System

Bei Handicap 54 und darunter gilt:

4 Schläge über Par	= 1 Punkt
Triple-Bogey (3 über Par)	= 2 Punkte
Double-Bogey (2 über Par)	= 3 Punkte
Bogey (1 über Par)	= 4 Punkte
Par	= 5 Punkte
Birdie (1 unter Par)	= 6 Punkte
Eagle (2 unter Par)	= 7 Punkte

Bei Handicap 36 und darunter gilt:

Triple-Bogey (3 über Par)	= 1 Punkte
Double-Bogey (2 über Par)	= 2 Punkte
Bogey (1 über Par)	= 3 Punkte
Par	= 4 Punkte
Birdie (1 unter Par)	= 5 Punkte
Eagle (2 unter Par)	= 6 Punkte

Bei Handicap 18 und darunter gilt:

Double-Bogey (2 über Par)	= 1 Punkte
Bogey (1 Schlag über Par)	= 2 Punkte
Par	= 3 Punkte
Birdie (1 unter Par)	= 4 Punkte
Eagle (2 unter Par)	= 5 Punkte

Bei Handicap 0 gilt:

Bogey (1 Schlag über Par)	= 1 Punkte
Par	= 2 Punkte
Birdie (1 unter Par)	= 3 Punkte
Eagle (2 unter Par)	= 4 Punkte

„Golf ist ... perfekt geregelter Wahnsinn ... eine teure Variante des Murrelspiels.“

Gilbert Keith Chesterton

Das erste Mal

Vor den Erfolg haben die Götter den Schweiß gesetzt. Aber nicht nur!

Golf ist am Anfang reine Nervensache – und später auch :-)! Dazwischen liegt das Üben. Die Driving Range ist manchmal empfehlenswert, meistens aber nicht. Andere Bälle, Kunststoff-Matten, der psychologische Druck des „Raushauen-müssens“, wenn andere noch mitüben ... Das macht nicht wirklich Spaß.

Deshalb meiden Sie die Range wie der Teufel das Weihwasser und gehen Sie lieber direkt auf den Platz – auch wenn es vielleicht wegen der noch fehlenden Platzreife erst mal nur der Kurzplatz ist! Glauben Sie mir, Sie ersparen sich unendlich viele Stunden Ärger!

Gut, ich seh's ja ein, anfangs geht's nicht ohne und später ab und an auch nicht. Aber dann bitte mit Köpfchen vorgehen und sich einen Plan machen. Plan? Das bedeutet: Wir hauen nicht sofort 23 Körbe mit Bällen raus, sondern führen, genau wie später auf der Runde, jeden Schlag mit einem anderen Schläger aus. Zuerst den Abschlag mit Driver, Holz oder längerem Eisen, dann ein mittleres Eisen und danach mit einem kurzen Eisen schlagen, chippen oder pitchen und das Ganze

wieder von vorne. In aller Ruhe und nur ab und zu leise vor sich hin fluchend ...

Aber halt, bevor Sie ganz dem Golf-Wahnsinn verfallen! Erinnern Sie sich, wie Sie vor ein paar Tagen Vijay Singh im Golfkanal gaaanz lässig auf der Range gesehen haben. Ab und zu wird ein konzentrierter Schlag in Ruhe vorbereitet und durchgeführt, dazwischen liegt immer eine kleine oder größere Pause. Warum macht er das? Weil es nachher im Turnier oder auf der Runde ganz genau so ist!

Also bitte kein Fließband-Golf! Entspannen Sie sich durch viele kleine Pausen und erfreuen Sie sich am Anblick der verkrampften Gestalten Ihrer Golf-„Kollegen“ (alle Ladies sind hiervon ausdrücklich ausgenommen!) auf der Range, das gibt wieder Auftrieb.

Übrigens, mein Freund Harald hat sich seit kurzem eine Chipping- und Putting-Gelegenheit im Büro geschaffen – die Erfolge auf dem Platz sind seither wirklich sichtbar und zählbar! Es geht also auch ohne Range!

*„Wozu soll man üben, wenn man gut spielt? Und wozu erst, wenn man schlecht spielt - es bringt doch nichts, einen miesen Schwung einzuüben.“
Fred Couples*



Der PRO ...

Mein „Pro“, Dein „Pro“, unser „Pro“? Von dummen Fingern und anderen Körperteilen!

Leider haben wir nicht den gleichen athletischen Körperbau wie unser Pro, unser Trainer, und schon mal gar nicht die jahrelange Erfahrung in Theorie und Praxis. Dies kann in einzelnen Fällen zu Frust führen, wenn wir es wieder mal nicht schaffen, die Vorgaben des großen Meisters hinsichtlich Stand, Griff und Schwung „schulmäßig“ auszuführen.

Dazu mein Tipp. Dem amerikanischen Golfprofi Jim Furyk zuschauen und – ganz langsam durchatmen. Denn plötzlich dämmert es uns: Jeder ist anders gebaut, jeder hat eben seinen eigenen Schwung und der „Tiger“ hat den besten! So war's, so ist's und so bleibt's! Also, wozu die ganze Aufregung?

Erinnern Sie sich noch ans Autofahren lernen? Automatismen entwickeln, darum geht's auch beim Golf. Doch wenn Sie zu viele Dinge auf einmal probieren, dann wird überhaupt nix klappen! Salami-Taktik auch beim Lernen und Üben bringt kleine, überschaubare Schritte mit vielen kleinen (Motivations-) Erfolgen. Und daraus kann sich dann der ganz große Spaß entwickeln.

Setzen Sie deshalb Ihren „Pro“ gezielt ein! Nehmen Sie immer 1-2 Unterrichtseinheiten zu einem bestimmten Thema, zum Beispiel „der richtige Griff“ oder „Bunker-schläge“. Dann üben Sie selbst so lange weiter, bis Sie das Gelernte sicher verinnerlicht und automatisiert haben. Und erst danach kann die nächste „Pro“-Portion kommen.

Das bedeutet natürlich, sich in Geduld zu üben und Ruhe bewahren. Es gibt immer wieder Phasen, wo scheinbar nichts voran geht oder wo man immer den gleichen Fehler zu machen scheint. „Mehr Demut, weniger fluchen“ fordert zu Recht mein Golffreund Günter.

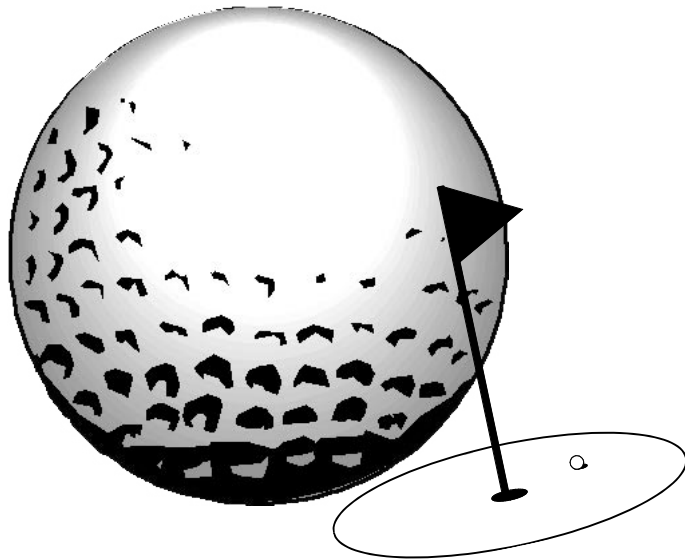
Wir bleiben auf alle Fälle auch im dicksten Schlamm locker, haken einen schlechten Schlag als Erfahrungswert ab, denken bei miesen Lagen in Unterholz, Bunker oder anderen tollen Lagen daran, dass man auch mal im rechten Winkel den Ball kurz herausschlagen oder einen Strafschlag in Kauf nehmen kann.

„Am Golfschwung zu arbeiten, ist wie ein Hemd zu bügeln. Kaum hat man eine Seite fertig, ist die andere Seite wieder voller Knitter.“

Tom Watson

Fach-Denglish

Warum gilt unter Nichtgolfern das Golfspiel als eines der gefährlichsten Sportarten der Welt? Weil ständig Ladys geschlagen werden und alle Nase lang jemand tot an der Fahne liegt.



Da der Golfsport aus dem anglo-amerikanischen Sprachraum kommt, stammen die Fachbegriffe alle aus dem Englischen.

Mit der Zeit bekommt man alle Ausdrücke in den Griff. Meistens geht es sowieso immer nur um die gleichen paar Wörter wie etwa „Sh ...“ :-). Einige der wichtigsten Ausdrücke sollen im Folgenden erklärt werden.

Zur Spezies der Mulligan-Bettler gehören diejenigen, welche permanent um einen solchen betteln. Der „Mulligan“ ist ein strafloser zweiter Abschlag zu Beginn der Privatrunde (und nur dann!), den man mal ausnahmsweise im gegenseitigen Einvernehmen in Anspruch nehmen kann, wenn der erste in die Hosen gegangen ist.

Handicap-Schoner sind Leute, die jahrelang mit einem hohen Handicap herumlaufen, obwohl sie bereits viel besser spielen. Dann nehmen sie an einem Turnier teil und – oh Wunder – gewinnen sie mit 55 Netto-Punkten überlegen das Tournament.

Von Mulligan-Bettlern, Besser-Legern und Handicap-Schonern

Par 3-Vorleger sind die – je nach Standpunkt – feigen oder taktisch klugen Zeitgenossen, die nicht gerne ein Risiko auf den kürzeren Löchern in Kauf nehmen, sondern stattdessen lieber mit dem zweiten Schlag sicher aufs Grün spielen.

Die allerschlimmsten aber sind die Langsam-Spieler, die pro Schlag zwischen drei und acht Probeschläge machen, die auf dem Grün vor jedem Putt aus allen Richtungen die Puttlinie begutachten und die im dicksten Rough stundenlang nach ihrem Ball suchen!

Dann gibt's da noch die „Ladies“, die zwar auch jede Menge Geld kosten können, aber in Wirklichkeit nichts oder nur indirekt mit der holden Weiblichkeit zu tun haben. Sondern einen misslungenen Herren-Abschlag bezeichnen, der es nicht bis zum 20-50 Meter entfernten Damen-Abschlag schafft. Was gleich im Anschluss an die Runde mit einer Lokal-Runde für alle Flightpartner „belohnt“ werden muss.

Da die „Besser-Leger“ auch die Golf-Etikette tangieren, lernen wir diese Zeitgenossen auf der nächsten Seite kennen.

Der Golf-Knigge

Wie überall so gibt es auch im Golfsport Menschen, die den Erfolg mit allen Mitteln suchen. Daran wäre grundsätzlich nichts auszusetzen, wenn die Mittel sich im Rahmen der Golf-Etikette bewegten. Die Golf-Etikette ist wie im normalen Leben auch eine Anweisung zum fairen, respektvollen Umgang miteinander und bezieht auch das eigene Erscheinungsbild (Kleidung, Benehmen) auf dem Golfplatz mit ein.

Weit verbreitet sind zum Beispiel die Gentlemen, die nicht nur ein Loch in der Hosentasche, sondern zur Sicherheit darin auch einen zweiten Ball mitführen. Dadurch werden auf wundersame Weise im Rough verschwundene Bälle plötzlich wiedergefunden („Hab' ihn!“), was die Mitspieler mit ungläubigem Staunen ob so viel Glück quittieren.

Dann gibt es die Spezies der Besser-Leger, die das Glück haben oder jedenfalls steif und fest behaupten, dass ihr Ball fast immer in einer „Tierspur“ liegt, weshalb sie ihren Ball dann natürlich straflos besser legen dürfen. Dies wird dann auch gleich ausgenutzt, um den Ball in eine bessere Lage in Richtung Fahne zu bringen.

*Es gibt nur drei Typen von Golfern
- die, die richtig zählen können und
die, die es nicht können.*

Von echten und falschen „Gentle“men

Nach dem Motto: Warum sich anstrengen, wenn's auch einfacher geht! Einige wiederum geben ihren Ball in einer misslichen Lage gerne mal auf und bringen ohne Bedenken und ganz selbstverständlich ohne Strafschlag einen anderen Ball ins Spiel.

Das andere Extrem sind die Regel-Besserwisser. Sie überwältigen dich mit ihrem Wissen, Dir schwirrt der Kopf nach soviel Theorie – ob's stimmt kann man oft erst hinterher wirklich nachprüfen.

Nicht viel besser sind die Hinterhältigen, welche einem erst nach einem Fehler mit süffisantem Grinsen darauf hinweisen und den Strafschlag bereits notiert haben.

Oder die Mathe-Genies unter den Golfern: Sie zählen vier Schläge (und haben acht gebraucht) ... So schafft man in kurzer Zeit ein ganz ansehnliches Handicap.

Aber jetzt die gute Nachricht: Diese oben geschilderten „Athleten“ sind Gott sei Dank in der Minderheit. Der überwiegende Rest sind lockere, freundliche, sympathische Menschen, mit denen es sehr viel Spaß macht, ein paar Stunden unterwegs zu sein!

Strategie!

Jetzt brauch ich nur noch 8 Birdies und 5 Par zum Runterspielen ...

Möglichst wenig Schläge sind das A und O beim Golfen! Was soll ich da noch mit einer Rundenstrategie? Im Prinzip richtig, doch leider, leider hat der Golf-Gott manchmal etwas dagegen und unser hehres Ziel lässt sich nicht immer so einfach realisieren.

Denn plötzlich finden wir uns im 40 Zentimeter hohen Rough wieder, ruck-zuck ist ein 3-Putt fabriziert, beim Abschlag landet der Ball in einem Biotop ... Um nur einige Katastrophen zu nennen.

Deshalb gehen Sie anders, mit einer einfachen, aber effektiven Strategie vor. Ihr wichtigstes Ziel bei einem höherem Handicap: Ab 100 m vor dem Grün maximal 4 Schläge zum Einlochen brauchen. Also mit einem Schlag aufs Grün und mit 3 Putts ins Loch oder mit 2 Schlägen aufs Grün plus 2 Putts. Das bedeutet: Kurze Eisen üben, Pitchen üben, Chippen üben, Putten üben.

Und bei schwierigen Lagen nicht den Helden spielen, sondern auch mal im rechten Winkel aus dem Rough oder rückwärts aus dem Topf-Bunker spielen, um eine bessere Ball-Position zu erhalten!

Das Wetter berücksichtigen: Wo kommt der Wind her? Ist es eher feucht (kürzerer Ballflug) oder sommerlich trocken (Bälle springen oft unkalkulierbar durch die Gegend)?

Lernen, das eigene Können richtig einzuschätzen. Wie weit schlage ich im Durchschnitt mit welchem Holz oder Eisen? Und dann lieber ein Eisen mehr nehmen und dadurch lockerer schwingen als mit letzter Kraft mit dem 8er Eisen aus 120 Metern übers Wasser-Hindernis aufs Grün spielen zu wollen.

Respekt vor dem Golfplatz-Architekten ist nie verkehrt. Denn die Bunker sind genau dort platziert, wo die Bälle der besseren Spieler oft landen. Und das bedeutet im Umkehrschluss: Wenn wir dort landen, gehören wir auf jeden Fall zu den besseren Spielern.

Was uns gleich zum nächsten, dem wichtigsten Punkt überhaupt bringt. Positiv denken! Schlechte Schläge werden unter „Erfahrung“ abgehakt, gute werden gespeichert und beim nächsten ähnlichen Schlag als „Reminder“ abgerufen.

In diesem Sinne: Ein schönes Spiel!

*„Einen guten Golfer erkennt man an einer Bräune wie meiner: Die besagt nämlich, dass er seine Zeit auf Fairways und Grüns verbringt - und nicht unter Bäumen.“
Lee Trevino*

Impressum

1. Auflage 2009

© 2009 KOMM:ON Kommunikation, Karlsruhe
Internet: <http://www.golf-handschuhe.de>
Kontakt: peter@golf-handschuhe.de

Gestaltung, Text und Bilder: KOMM:ON, Karlsruhe
Layout: KOMM:ON, Karlsruhe

Alle in diesem eBook enthaltenen Informationen wurden nach bestem Wissen des Autors zusammengestellt. Gleichwohl sind Fehler nicht vollständig auszuschließen. Daher sind die im vorliegenden Buch enthaltenen Informationen mit keiner Verpflichtung oder Garantie irgendeiner Art verbunden. Der Autor übernimmt infolgedessen keine juristische Verantwortung und wird auch keine daraus folgende oder sonstige Haftung übernehmen, die auf irgendeine Art aus der Benutzung dieser Informationen entsteht, auch nicht für die Verletzung von Patentrechten und anderer Rechte Dritter, die daraus resultieren können. Ebenso übernimmt der Autor keine Gewähr dafür, dass die beschriebenen Verfahren frei von Schutzrechten Dritter sind.

Die Wiedergabe von Gebrauchsnamen, Handelsnamen, Warenbezeichnungen usw. in diesem Werk berechtigt auch ohne besondere Kennzeichnung nicht zu der Annahme, dass solche Namen im Sinne der Warenzeichen- und Markenschutz-Gesetzgebung als frei zu betrachten wären und daher von jedermann benutzt werden dürften.

Dieses Werk darf als Ganzes beliebig weitergegeben werden, ist jedoch einschließlich aller seiner Teile urheberrechtlich geschützt. Jede darüber hinaus gehende weitere Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne Zustimmung des Autors unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für nur teilweise vorgenommene, also auszugsweise Vervielfältigung, Übersetzung, Mikroverfilmung und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen ohne Nennung des Autors. Ausgenommen hiervon sind die verwendeten Golfersprüche und Witze.