

Golf – hvað er nú það?

Grunnurinn!

Kylfingar nota járn eða trékylfur og púttar til að koma bolta sínum í holu, eina í einu uns tekist hefur að koma boltanum 18 sinnum í holu á 18 mismunandi brautum vallarins. Sérhver sveifla sem kylfingurinn tekur að bolta sínum kallast högg og er lagt við heildarskor hans. Sá fjöldi högga sem kylfingurinn notar er kallað skor.



Hvað þarf?

Golfsett (oftast fjórtán kylfur-mega ekki vera fleiri), golfpoki, golfboltar, tí, golfskór, skorkort og skriffæri. Golfhanski getur hjálpað.

Kylfurnar í pokanum!



Þegar spilaðar eru 18 holur mega kylfingar hafa meðferðis 14 golfkylfur. Hver kylfa er númeruð og er hönnuð til þess að framkvæma ákveðið högg. Kylfuhousarnir hafa mismunandi fláa, því lægra sem númer kylfunnar er, því minni flái og því lengra ætti að vera hægt að slá boltann.

Tré – Algengast er að sjá kylfur númer 1,3 og 5 í pokum kylfinga. Flestar eru þær úr einhverskonar málmi eða grafít-efni, kylfuhousarnir eru stórir og á löngum brautum koma þessar kylfur að góðum notum. Dræverinn er númer 1 og er oft tryllitækið í poka kylfingsins (það á þó yfirleitt ekki við um byrjendur).

Járn – Kylfuhousinn flatur þunnur, til í númerum frá 1-9, pw, aw, sw og lw, kylfuhousinn úr málmi- notaðar til að slá bæði löng og stutt högg frá teig að flöt. Járnin eru mismunandi og eru ýmsar tegundir til af kylfunum með mesta fláann(fleygjárnin: pw,aw,sw,lw), þær kylfur eru mest notaðar þegar kylfingurinn fer að nálgast flötina.

Blendingar – Hönnunin á blendingum gengur út á það að brúa bilið milli löngu járnanna og trékylfanna. Sumir kylfingar eiga erfitt með að nota trékylfur meðan aðrir eiga erfitt með



að nota löng járn. Blendingurinn er í laginu eins og lítil nett trékylfa en lengd skaftsins er sú sama og á löngu járnunum. Blendingar eru orðnir ansi áberandi í pokum kylfinga, ekki síst atvinnumanna.



Púttar – Púttarinn hefur engan fláa(hornréttur á jörðina, þ.e.a.s. lyftir kúlunni ekkert) og er notaður á flötunum til þess að koma boltanum í holuna.

Hvað er hringurinn langur?

Það tekur u.þ.b. 4-5 klst að spila 18 holur ef 4 spila saman, tíminn er styttri ef færri spila. Golf er leikið á 18 holu eða 9 holu völlum, og eru til margar útgáfur af leikformi. Algengasta leikformið er punktakeppni hjá áhugamönnum en högggleikur hjá atvinnumönnum og meistaraflokkskylfingum. Í högggleik eru öll högg leikmannsins talin og sá sem kemur inn á lægsta skorinu vinnur. Í punktakeppni fær leikmaðurinn ákveðinn fjölda punkta fyrir ákveðinn höggafjölda. Fari höggafjöldinn uppfyrir ákveðið magn á hverri holu fást engir punktar, sá sem kemur inn eftir 18 holur með flesta punkta vinnur.

Par vallarins!

Leikur hefst á hverri braut frá teignum. Kylfingar „dræva“ og reyna að (hitta) brautina, þaðan reyna þeir að hitta flötina og þegar inn á flötina er komið „pútta“ kylfingar og reyna að koma boltanum í holuna. Á leiðinni frá teignum að flötinni má finna mismunandi hindranir sem gera leikinn erfiðari og leik á hinum mismunandi brautum ansi fjölbreytilegan. Kerfi sem kallast „par“, ákvarðar lengd hverrar brautar og samanlagt par vallarins.



Par – Brautir sem mælast ca 200 m eða styttri kallast par-3 brautir, á þeim er ætlast til að kylfingurinn nái inn á flöt í fyrsta höggi, alltaf er reiknað með 2 púttum. Brautir að lengd á bilinu +200m – 430m kallast par-4 (2 högg þarf til að ná inn á flöt) og lengri brautir en 430m eru þá par-5 brautir(3 högg þarf til að ná flötinni).

Fugl – Einn undir pari. Ef kylfingur nær t.d. að klára í 4 höggum á par-5 braut hefur hann náð fugli.

Örn – Tveir undir pari. Hla í höggi á par-3 braut er örn.

Albatrosi – Mjög sjaldgæft, þegar kylfingur nær því að vera 3 undir pari á einni holu.

Skolli – Einn yfir pari.

Skrambi – Tveir yfir pari.

Sprengja – Þrír yfir pari eða meira – að vísu er það ekki kallað sprengja hjá þeim eru að stíga sín fyrstu skref á golfvöllinum. Reyndir kylfingar sem fá mikið af sprengjum eru oft kallaðir sprengjusérfræðingar.

Hafðu undirstöðuna í lagi!

Til þess að þú getir hitt boltann almennilega þarftu að öðlast skilning á grunnatriðum golfsveiflunnar: Gripinu, stöðunni og sveifluferlinum.



Gripið – Hvernig þú heldur á kylfunni skiptir höfuðmáli, ef gripið er ekki í lagi, þá minnka líkurnar umtalsvert á því að þú sláir boltann almennilega.

Uppstillingin – Rétt uppstilling kallar á réttan sveifluferil. Með réttri uppstillingu er verið að:

- stilla líkamanum þannig upp að hendurnar geti sveiflað kylfunni frjálst og átakalaust í kringum hann.
- stilla boltanum upp á réttum stað og í réttri fjarlægð frá líkamanum, þannig að auðveldara verði að hitta hann.
- miða, þannig að auknar líkur séu á því að boltinn fljúgi þangað sem hann á að fljúga.



Sveiflan – séu gripið og uppstillingin góð áttu góða möguleika á því að móta fallega og góða golfsveiflu sem ætti að skila þér mörgum ómældum ánægjustundum á golfvöllinum. Það er nú samt svo að áhrifavaldarnir eru margir og þó að sveiflan sé góð er engin trygging fyrir því að þú komir inn á góðu skori. Óneitanlega eykur það þó möguleika þína og sértu opinn fyrir því að styrkja allar hliðar golfleikjarins, s.s. stutta spilið og huglæga þáttinn ættu þér að vera allir vegir færir.

