

Tervetuloa golffariksi!

Tämän oppaan lukijalle

Tähän oppaaseen on kerätty infoa golfista kiinnostuneelle tai sen aloittelijalle. Lukemalla ja sisäistämällä suurelta osin tämän oppaan sisällön, tiedät lajista jo varsin paljon. Näillä ohjeilla voit lähteä green card -kurssin jälkeen kentälle. Kurssilla saat paljon lisää syventävää tietoa, mutta todennäköisesti unohdat niistä suuren osan. Golfia tai sen sääntöjä ei opita kerralla millään green card -kurssilla. Golfin oppii kuitenkin parhaiten pelaamalla. Joten reippaasti vain kentälle kokeilemaan uutta harrastusta.

Golf pelinä

Golf on onnistumisia, uusia ystäviä, laatu-aikaa rakkaiden kanssa, raikasta ulkoilmaa, itsensä voittamista, kaiken muun unohtamista sekä jatkuvaa kehitystä. Golf on urheilua, golf on tapa nauttia elämästä, golf on tapa nähdä maailman hienoimpia nähtävyyksiä. Me autamme sinut harrastuksen alkuun.

Golfin terveysvaikutukset

1. Golffari elää keskimäärin viisi vuotta pidempään
2. Golffari ottaa kierroksen aikana keskimäärin 14.000 askelta
3. Golfin harrastaja kävelee keskimäärin noin 200 km golfkentällä vuodessa
4. Golfkierroksella bägiä kantava kuluttaa 2.000, kärryjä työntävä yli 1.500, golfautoa ajava yli 1.000 KCAL
5. Sydämen syke golfkierroksen aikana on keskimäärin 104 lyöntiä minuutissa
6. Golffareiden kuolleisuus on muuta väestöä 40 % alhaisempi, mikä vastaa eliniän pidentymistä viidellä vuodella
7. Golffarilla palaa keskimäärin 4,3 kiloa rasvaa kaudessa

Miksi sitten green card -kurssi pitää suorittaa?

Kurssilla opetetaan golflyöntien perusteet sekä yleisimmät säännöt, jotta pelaaminen olisi alusta lähtien sujuvampaa ja helpompaa. Kurssin kuitenkin tärkein oppi on turvallisuus. Golfpallo lähtee mailan lavasta parhaimmilla reilusti yli 200 km/h, joten on tärkeää omaksua turvallisuuteen liittyvät asiat. Kurssin käynyt saa hyvät lähtötiedot ja valmiudet golfin aloittamiseen ja harjoitteluun.

Kun olet käynyt kurssin ja omaksut pääpiirteittäin tässä oppaassa kerrotut asiat, voit aloittaa pelaamisen. Vahva suositus on mennä ensimmäiselle kierrokselle kokeneen pelaajan kanssa.

Green card -kurssi

Lähes kaikki Suomen golfkentät edellyttävät, että olet käynyt green card -kurssin. Kursseja on eri mittaisia. Päivässä Golfariksi kurssit kestävät vain noin 4 tuntia, jonka aikana pääset kokeilemaan golfin eri lyöntejä golfopettajan kanssa. Kurssilla käydään läpi tärkeimmät säännöt ja opastetaan miten pelaaminen on kentällä sujuvaa ja turvallista. Missään nimessä et ole kurssin jälkeen täysin oppinut golffari, eikä sinun tarvitsekaan olla. Tärkeintä on, että ymmärrät perusteet ja olet

valmiimpi ensimmäisille kierroksillesi. Opit pelin parhaiten kuitenkin pelaamalla ja harjoittelemalla kurssin jälkeen.

Kurssin jälkeen

Golfopettajasi kertoo varmasti jatkokursseista. Suosittelemme niitä lämpimästi sillä green card kursseilla olet oppinut vain lyöntien perusteet. Todennäköisesti olet unohtanut niistäkin heti puolet, sillä uutta opeteltavaa tulee runsaasti ellet ole jo aiemmin tutustunut golfiin.

Suosittellemme green card -kurssin jälkeen harjoittelua rangella ja lähipelialueilla ennen kuin lähdet pelaamaan. Älä kuitenkaan jää pelkästään harjoittelemaan, vaan lähde rohkeasti pelaamaan heti kun osut palloon edes kohtuullisesti. Se on motivoivampaa ja hauskeempaa. Opit pelaamalla enemmän omista lyönneistäsi ja niiden puutteista. Kierroksen jälkeen tiedät mitä osa-alueita sinun kannattaa harjoitella ennen seuraavaa kierrostasi yksin tai golfia ammatikseen opettavien ”proffien” (Pro, golfammattilainen) toimesta.

Seuraan liittyminen

Suomen Golfliiton säännöt edellyttävät pelaajan kuuluvan johonkin sen alaiseen seuraan. Kun liittyt seuraan pääset pelaamaan n. 130 Suomen golfliiton alaisella kentällä Suomessa. Suomessa on vain kourallinen pieniä kenttiä missä voit pelata ilman seuran jäsenyyttä tai green cardia.

Jäsenyyden myötä saat automaattisesti myös Suomen Golfliiton jäsenyyden. Golfliiton jäsenyyteen kuuluu mm. golfarin vakuutus. Lisätietoja Golfliiton jäsenyyden tuomista eduista ja vakuutuksesta <https://golf.fi/pelaajalle/jasenedut-ja-vakuutusturva/>

Seuran jäsenmaksulla saat virallisen tasoituskortin (nykyään sähköinen eBirdie) ja oman lähtötasoituksen, joka on aloittelijoilla aina 54, seuraava noteerattava tasoitus on 36, siksi että useimmilla kentillä on tasoitusvaatimuksena 36. Jäsenmaksua vastaan kotiseurasi huolehtii tasoituksesi ajantasaisesta ylläpidosta. Tasoituksesi muuttuu pelitaitojen kehittyessä parempaan suuntaan. Jätettyäsi tulostulokortin kentän caddiemasterille kierroksen jälkeen, kenttä päivittää tasoituksesi.

Seurojen jäsenmaksujen hinnat vaihtelevat. Edullisimmillaan seuran jäsenyyden saa 60 eurolla ja junioreidenkin osalta hinnat lähtevät 30 € ylöspäin. Olet oikeutettu liittymään mihin tahansa golfseuraan Suomessa. Joillakin kentillä jäsenyys tuottaa myös edullisempia pelihintoja. Suosittelemme että otat seuran jäsenyyden kuitenkin sinua lähimpänä olevalta kentältä, jossa pelaat todennäköisesti eniten.

Seurat tarjoavat jäsenyyteen myös muita etuja ja palveluja. Parhaiten tietoa seurojen jäsenyyksistä ja niihin kuuluvista palveluista saat vierailemalla heidän nettisivuilla. Lähimmän golfkentän ja seuran löydät parhaiten Suomen Golfliiton sivuilta:

<https://golf.fi/pelaajalle/kenttaopas/>

Pelaamisen aloittaminen - kotikenttä

Yleensä pelaaja valitsee itselleen kotikentän ja hankkii sieltä itselleen sopivan pelipaketin. Lähes puolilla golffareista on omalle kotikentälleen pelioikeus. Pelioikeutta voisi hyvin kutsua myös

kausikortiksi, jolla pelaaja voi pelata golfia rajattomasti kauden ajan. Pelioikeuksien hinnat vaihtelevat kentittäin. Joillakin 9 reikäisillä kentillä pelioikeus koko kaudeksi maksaa aikuisilta vain noin 300 €. 18 reiän kentän pelioikeudet maksavat keskimäärin noin 500-700 euroa. Yleisesti voidaan todeta, jos pelaat kauden aikana yli 20-25 kierrosta, on pelioikeus sinulle edullisin vaihtoehto. Pelioikeus on varsin huoleton tapa varmistaa pelit omalla kotikentällä.

Monilla kentillä on myös järkevähintaisia 5 tai 10 kierroksen pelipaketteja saatavilla vähemmän pelaajille. Tällöin kierroksen keskihinta on hieman kalliimpi kuin pelioikeudella pelaavalla, mutta edullisempi kuin yksittäisellä green feellä pelaaminen.

Vieraspelaaminen – green fee pelaaminen

Kun olet jonkin seuran jäsen ja Suomen golfliiton jäsen, voit pelata golfia green feellä (kierros- tai päiväkohtainen pelimaksu) kaikilla noin 130 Suomen golfliiton alaisella golfkentällä heidän vieraspelaajia koskevien ehtojen mukaisesti. Valtaosa kentistä ottaa sinut vastaan, vaikka olisitkin aloittelija, mutta on hyvä tietää että jotkin kentät rajoittavat aloittelijoiden pääsyä kentälle erityisesti ruuhka-aikaan, tai edellä mainitulla tasoitusrajalalla. Vieraspelaajan ehdoista löytyy tietoja kunkin kentän omilta nettisivuilta. Kannattaa rohkeasti kiertää eri kenttiä ja oppia pelaamaan erilaisia kenttiä.

Ensimmäiset pelikierrokset

Peliajan varaaminen

Kaikki olemme joskus aloittaneet pelin ja kokeneet sen ensimmäisen kierroksen jännityksen. Green card -kurssilla olet perehtynyt golfin alkeisiin ja saanut jonkin käsityksen golfista ja sen säännöistä. Et todennäköisesti ole vielä täysin oppinut vaan teet kentällä vielä virheitä, niin kuin me kaikki lajia aloittaneet. Kun lähdet ensimmäisiä kertoja pelaamaan, suosittelemme että teet sen jonkin kokeneen golfarin kanssa. Jos sinulla on golfia jo pitempään pelannut tuttu, pyydä hänet mukaan.

Mikäli et saa kierrokselle ketään tuttua, tee ykköstiillä pelikavereillesi selväksi että kyseessä on sinun ensimmäinen kierroksesi ja pyydä heitä opastamaan sinua pelaamisessa ja säännöissä. 99 % golfareista tekee sen mielellään.

Varaa peliaika kentän caddiemasterilta (asiakaspalvelija) puhelimitse. Kerro caddiemasterille että olet lähdössä kentälle ensimmäisiä kertoja. Caddiemaster yleensä tuntee kentän pelaajat ja osaa tällöin valita sinulle sopivaa peliseuraa. Seuran jäsenenä saat käyttöösi myös nettivarausoikeudet, jota kautta voit peliajan varata heidän varaussääntöjen mukaan.

Rohkeasti vain kentälle!

Kentälle saapuminen

Saavu kentälle hyvissä ajoin, mieluusti 30-45 minuuttia ennen peliaikaasi. Kerkeät tällöin rangelle lämmittelemään, lyömään pari lyöntiä ja tekemään muutaman putin ja chipin ennen kierrostasi. Kannattaa muutenkin vähän verryttellä kehoa, se ei ehkä ole kovin tottunut kiertoilikkeisiin.

KURSSILAISEN ITSEOPISKELUMATERIAALI

Käy ensimmäiseksi kuitenkin ilmoittautumassa caddiemasterille, jolloin hän merkkää sinut saapuneeksi. Samalla suoritat pelimaksun (jos sinulla ei ole pelioikeutta) ja voit ostaa rangelle poletteja harjoittelua varten.

Muistilista mitä mukaan kierrokselle?

Tasotuskortti – saat sen caddiemasterilta

Kynä tuloksien täyttämiseksi tuloskorttiin

Palloja (n. 10 on hyvä olla mukana)

Tiitä – myydään pikku pusseissa kaikilla klubeilla

Greenihaarukka – kaikilla golffareilla pitää olla mukana pallon alastulojen korjaamiseksi viheriöllä

Merkkausnasta, pallon puhdistamista varten, tai poistaminen toisen pelaajan edestä.

Evästä ja juotavaa – saa lähes kaikilta klubeilta

Säänmukainen vaatetus, tässä kohdassa Golf on valitettavasti välineurheilua.

Aurinkorasvaa

Golfbägi

Iloista mieltä

Golfkentälle ei ole asiaa, ellei pelaaja tiedä mitä tarkoittaa FORE huuto (lausutaan FOOR)

Turvallisuus on kaiken A ja O. Golfpallon lähtee parhaimmillaan yli 200 km tunnissa mailan lavasta. Pallon osuessa se voi olla kohtalokasta. Tästä syystä on äärimmäisen tärkeää, että pelaaja omaksuu golfin turvallisuusohjeet. Maalaisjärjellä pärjää yllättävän pitkälle. Älä seiso liian lähellä toisen lyödessä, koita myös välttää lyöntilinjalta olemista. Pyri olemaan lyöntisuuntaan nähden aina pallon takana. FORE -huutoa ei voi huutaa liian kovaa, varsinkin vastatuulella saa huutaa todella kovaa, että muut pelaajat kuulevat varmasti huudon.

Mikäli lyöntisi suuntautuu kohti ihmisiä, huuda kovaan ääneen FORE! FOREa kannattaa huutaa aina, jos on pienikin mahdollisuus, että pallo osuu johonkin ihmiseen. Muista huutaa myös pallon lentäessä esim. toiselle väylälle etkä ole varma onko siellä muita pelaajia.

Jos taas kuulet FORE huudon käännä välittömästi selkäsi huutoon päin, mene kyykkyyyn ja suojaa käsilläsi päätäsi. FORE huuto on kansainvälinen tapa viestiä vaaratilanteesta golfkentällä.

Teepaikalla

Mene ensimmäisen väylän tiipaikalle noin 10 minuuttia ennen lähtöaikaasi. Jos tiillä on edellä lähtevä ryhmä, odottele kauempana heidän avauslyöntinsä, ettet häiritse heitä.

Siirry teepaikalle, kun edellinen ryhmä poistuu kentälle. Odota pelikavereitasi. Hyviin tapoihin kuuluu kätellä ja esitellä itsensä. Jos pelaat sinulle tuntemattomien pelaajien kanssa ja kyseessä on sinun ensimmäisiä kierroksia voit, hyvin kertoa olevasi aloittelija. Voit pyytää heitä myös antamaan sinulle vinkkejä kierroksella

Lyöntijärjestys

Taaimmaiselta teeltä lyövät ensin - 1. valkoinen tee 2. keltainen 3. sininen 4. punainen. Joillakin kentillä teepaikat on merkattu myös numeroin, esim. 63, 56, 52, 46, tällöin 63 lähtevät lyövät ensimmäisenä. Aloittelijana sinun kannattaa pelata punaiselta tai pienimmän numeron

KURSSILAISEN ITSEOPISKELUMATERIAALI

osoittavalta teeltä. Jos kentällä aloituspaikat on numeroitu, siellä on myös taulukko suosituksista rinnastettuna pelaajan kykyyn lyödä palloa ilmassa.

Mikäli useampi pelaaja pelaa samalta teepaikalta lyöntijärjestys arvotaan pelaajien kesken esim. heittämällä tiitä (tikku joka laitetaan pallon alle avauslyöntipaikalla) ilmaan. Se ketä tii osoittaa aloittaa, seuraavana myötäpäivään oleva pelaaja, jne.

Seuraavalla lyöntipaikalla ensimmäinen avauslyönnin suorittaa edellisellä reiällä pienimmän tuloksen tehnyt. Seuraavaksi pienimmän tuloksen tehnyt lyö seuraavana jne. Jos tulos on tasan, noudatetaan edellisen teepaikan järjestystä.

Lyöntijärjestys väylällä

Lähtökohtaisesti aina kauimpana lipusta lyö ensimmäiseksi. Tässäkin voi käyttää maalaisjärkeä ja ensiksi valmiina oleva voi hyvin lyödä ensin kunhan ilmoitat siitä kanssapelaajille.

Väylällä pelatessa voit mennä välittömästi omalle pallolle, mikäli se on turvallista eikä häiritse sinua aikaisemmin lyöntivuorossa olevaa pelikaveriasi. Pääset heti pelikaveri lyötyä lyömään oman lyöntisi ja näin nopeutat pelin kulkua.

Omaa lyöntiä valmistautuminen

Valmistaudu aina omaan lyöntiin hyvissä ajoin ennen omaa vuoroasi. Mieti millä mailalla sinun kannattaa lyödä ja ota se esiin bägistäsi valmiiksi, jotta olet valmis omalla vuorollasi. Huolehdi kuitenkin, että et häiritse lyömässä olevaa pelikaveriasi. Golfissa annetaan aina pelikaverille lyöntirauha olemalla paikallaan ja liikkumatta.

Huolehdiathan aina ennen lyöntiäsi, että taskussasi on avauslyöntipaikalla tiitikkuja ja varapallo. Varapallo on hyvä olla aina saatavilla taskussa, jos lyöt pallon paikkaan jonne se voi kadota. Hidastat tarpeettomasti peliä, jos alat aina vasta lyötyäsi pallon metsään kaivamaan uutta palloa bägistä. Pyritään tekemään pelistä etenevää vaikka palloja hukkuisi.

Pelikaverin lyönnin ja pallon seuraaminen

Seuraa aina pelikaverisi lyönnit. Seuraa palloa aina niin pitkälle kuin sen näet, erityisesti silloin kun hänen lyöntinsä menee metsään tai syvään raffiin. Paina mieleesi paikka missä näit pallon viimeiseksi. Näin helpotetaan pallon löytymistä ja huolehdi ettei etsimiseen mene tarpeettomasti aikaa ja peli kulkee sujuvasti eteenpäin.

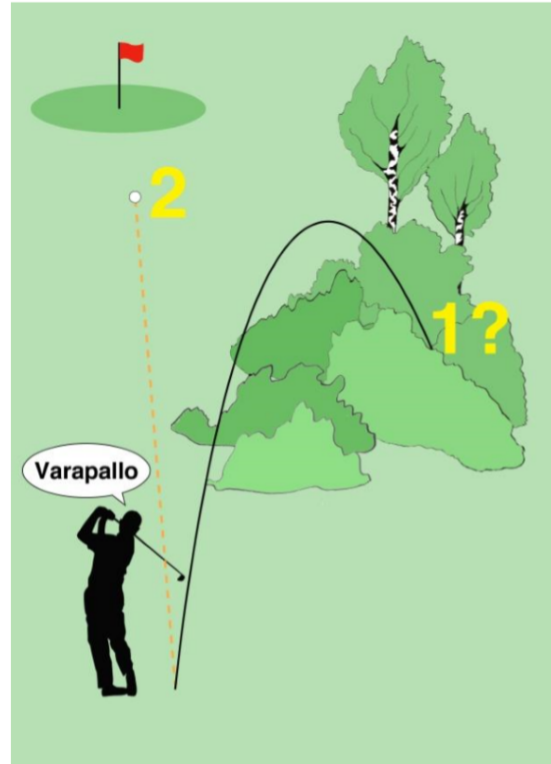
Lyöntisi menee paikkaan josta sitä ei välttämättä löydetä

Jos pallo menee paikkaan, jossa on pienikin mahdollisuus, ettei sitä löydetä (myös korkea raffi) kannattaa aina lyödä varapallo. Muistathan kertoa pelikaverillesi lyöväsi varapallon. Muussa tapauksessa lyömäsi toinen pallo on sinun virallinen pelipallo. Teeltä varapallon lyötyäsi olet lyönyt jo 3 lyöntiä (yksi rangaistuslyönti uuden pallon lyömisestä). Suositus on käyttää eri numeroista palloa kuin ensimmäinen pallo, tai muuten merkitä erilaiseksi. Jos vaikka lyöt kaksi samanlaista palloa samaan puskaan, kumman löysit?

Sähköinen Pelaajan sääntöopas

Golfliitto on tehnyt hyvin selkeän pelaajan oppaan, jonka voi ladata internetistä.

https://golf.fi/wp-content/uploads/sites/52/2019/01/FIN_rules_of_golf-players_guide.pdf



Lyö aina varapallo, jos on olemassa riski, että ensimmäinen pallosi on kadonnut tai kentän rajojen ulkopuolella. Palloa saa etsiä nykysääntöjen mukaan 3 minuuttia, jonka jälkeen pelin on jatkettava. Mikäli ensimmäinen pallo löytyy kentän rajojen sisäpuolelta, jatketaan peliä sillä ilman rangaistuksia. Varapallolla voit jatkaa vain siinä tapauksessa, että ette löydä ensimmäistä palloa.

Jos olet lyönyt varapallon ja löydät ensimmäisen pallon, tulee sinun jatkaa löydetyllä pallolla. Et voi siis valita varapalloasi pelipalloksi, vaikka se olisikin sinulle edullisemmassa paikassa.

Ne pelaajat joiden pallo on pelissä, voivat lyödä oman pallonsa eteenpäin ja mennä vasta tämän jälkeen etsimään pelikaverin kadonnutta palloa.

Lyöntijälkien korjaaminen

Teepaikalla – jos lyödessäsi maasta irtoaa turve (divot) sitä ei kuulu paikata niin kuin kentän muilla alueella. Useimmilla kentillä on teepaikalla pieni laatikko, jossa turve/hiekka/siemeneseosta. Täytä lyöntijälkesi tällä kasvuturpeeksi kutsutulla seoksella. Jos puolestaan lyödessäsi raffista tai väylältä, irtoaa turvetta (divot, divotti), laita divot paikoilleen ja paina se kengällä tiiviisti maahan.

Edellisen reiän tulosten kirjaaminen

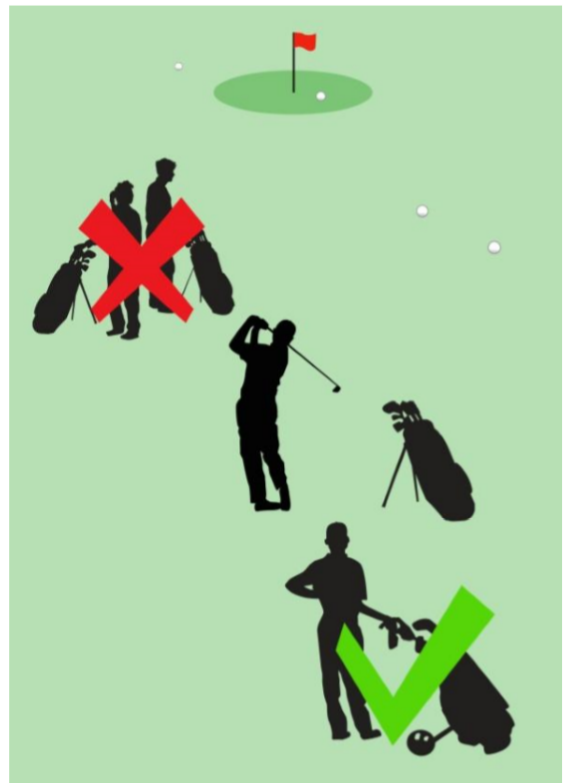
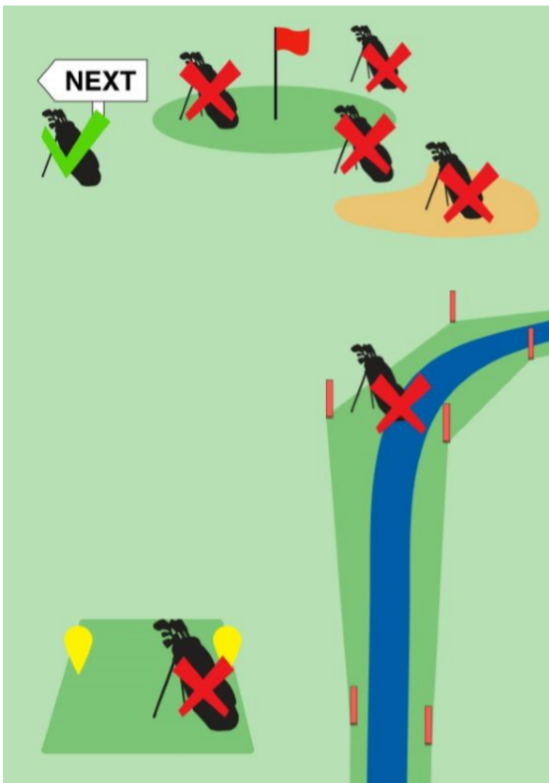
Kun olet pelannut reiän loppuun, tulos tuloskorttiin (tai muuhun laitteeseen) merkataan aina vasta seuraavalla teepaikalla. On tärkeää vapauttaa viheriö pelattavaksi mahdollisimman nopeasti takaa tuleville pelaajille.

KURSSILAISEN ITSEOPISKELUMATERIAALI

Kärkyjen käyttö

Kärkyt jätetään aina tiipaikan ulkopuolelle. Ei kuluteta tarpeettomasti lyöntipaikan nurmea. Kärkyjä ei tule myöskään viedä viheriölle tai vetää viheriön ja sen välittömässä läheisyydessä olevan bunkkerin välistä.

Kun tulet viheriölle vie kärky tai bägi aina paikkaan mistä sinulla on lyhin matka lipulta seuraavalle lyöntipaikalle. Näin varmistat, että väylän pelattuasi voit siirtyä nopeasti pois takaa tulevin pelaajien alta.



Kuvissa vasemmalla havainnollistettu missä golfbägiä tai kärkyä ei tule viedä – ei lyöntipaikoille, vesi- tai bunkkeri-esteisiin. Greenin läheisyydessä vie bägi aina seuraavan lyöntipaikan varrelle ennen kuin menet puttaamaan. Oikeassa kuvassa havainnollistettu missä odotat omaa lyöntivuoroasi kentällä. Älä koskaan mene lyöjän ja viheriön väliin, jossa voit saada osuman golfpallosta.

Out – pallosi menee kentän rajojen ulkopuolelle (valkoiset paalut)

OUT –rajojen ulkopuolelta pallon etsiminen on turhaa. Mikäli epäilet pallosi joutuneen Outiin lyö aina varapallo. Mikäli palloa ei ensisilmäyksellä näy, jatketaan peliä varapallolla. Muistathan laskea varapallon lyömisestä yksi rangaistuslyönti tulokseesi.

KURSSILAISEN ITSEOPISKELUMATERIAALI



Kun pallosi menee kahden valkoisen paalun välistä kentän ulkopuolelle, on kyseessä OUT. Pallosi on pois pelistä. Lyö uusi pallo. Jos olet epävarma pallon menosta OUT:n muista sanoa ennen lyöntiäsi, että lyöt varapallon. Muistathan että ylimääräisen pallon lyömisestä saat aina yhden lyönnin rangaistuksen.

Viheriöllä pelaaminen

Muistathan viedä bägi ja/tai kärryt paikkaan mistä on lyhin matka seuraavalle lyöntipaikalle. Yleensä kentillä on next tee -kyltit kertomassa missä suunnassa on seuraava teepaikka. Ota mukaan putteri ja mahdolliset muut mailat esim. pallon ollessa bunkkerissa tai viheriön ulkopuolella.

Greenillä merkkää pallosi laittamalla merkkäusnasta (tai kolikko) pallon taakse lipulta katsottuna pallon taakse. Nosta tämän jälkeen vasta pallo. Voit puhdistaa pallon, jos se on likainen.

Tarkasta jättikö pallosi "pudotessaan" viheriölle painauman. Korjaa alastulojälki greenihaarukalla. Jos näet viheriöllä muita alastulojälkiä, korjaa myös ne vaikkeivat ne olisi omia, näin viheriö pysyy parhaiten pelattavassa kunnossa. Greenihaarukan käyttö neuvotaan sinulle green card -kurssilla.

Heti kun olet valmis, ala suunnittelemaan puttiasi, kallistuksia ja lyönnin nopeutta, jne., jotta olet valmis, kun oma lyöntivuorosi tulee.

Kauimpana oleva puttaa aina ensimmäisenä, sen jälkeen seuraavaksi lähimpänä, jne. Myös valmiina oleva voi putata ensimmäisenä. Laita pallo samaan paikkaan mistä sen ennen merkkäämistä otit ja poista vasta sen jälkeen merkkäusnasta.

KURSSILAISEN ITSEOPISKELUMATERIAALI

Nykysäännöillä lippua ei tarvitse enää ottaa kupista pois. Näin nopeutetaan pelaamista. Voit myös käydä puttaamassa pallosi sisään, puttasi päätyessä reiän viereen. Ei tarvitse siis turhaan merkata palloa ja odottaa omaa vuoroa. Näin nopeutetaan jälleen kerran pelaamista.

Pelikierroksen tavoiteaika

Yleinen tavoite 18 reiän kestoksi on noin 4 tuntia. Ruuhka-aikoina tämä ei aina onnistu. Hiljaisempina aikoina jotkin peliryhmät voivat kiertää kentän jopa 3 tunnissa. Tällöin peliryhmän edessä ole todennäköisesti ollut muita pelaajia tai hitaammat ryhmät ovat päästäneet nopeamman ryhmän sujuvasti ohi.

Tauot

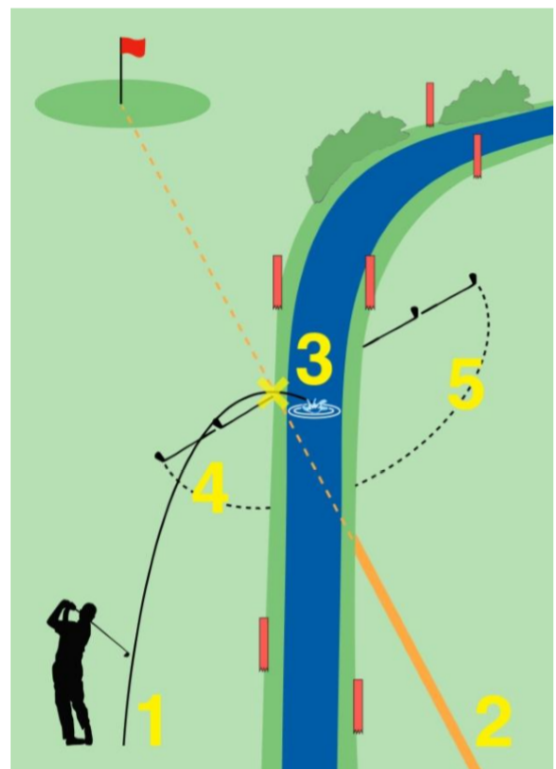
Monet kentät ovat suunniteltu niin, että kierroksen puolella välissä on mahdollista pitää pieni tauko. Kukin kenttä kuitenkin ohjeistaa millaisia taukoja kierroksen aikana pelaajille sallitaan. Joillakin kentillä on myös taukokioskeja sekä muutamia vessoja.

Pallo estealueella

Mikäli pallo joutuu vesiesteeseen (Este), lyöt uuden pallon samalta paikalta mistä ensimmäinen lyönti – lisää tulokseen yksi rangaistuslyönti

1. Pudota pallo esteeseen rajan leikkaavasta pisteestä lipun suunnassa taaksepäin niin pitkälle kuin haluat – lisää tulokseesi yksi rangaistuslyönti
2. voit pelata pallon myös vesiesteestä ilman rangaistuslyöntiä. Monesti pallo on vesisteen puolella mutta vielä kuivalla maalla. Et kuitenkaan saa taitella ruohoa tms. parantaaksesi pallon paikkaa.

Pallon joutuessa vesiesteeseen (punaiset paalut), sinulla on 5 vaihtoehtoista tapaa jatkaa peliäsi.



3. Lyöt uuden pallon samalta paikalta mistä ensimmäinen lyönti – lisää tulokseen yksi rangaistuslyönti

KURSSILAISEN ITSEOPISKELUMATERIAALI

4. Voit pelata pallon myös vesiesteestä ilman rangaistuslyöntiä. Monesti pallo on vesiesteen puolella mutta vielä kuivalla maalla. Et kuitenkaan saa taitella ruohoa tms. parantaaksesi pallon paikkaa.
5. Säännöt muuttui 2019 ja vesiesteen toiselta puolelta lyönti ei ole enää sallittu.

Droppaussäännöt (Pallon pudotus peliin)

Kauden 2019 alussa tuli uudet droppaussäännöt. Dropatessa pallo tiputetaan pelaajan polven korkeudelta paikkaan, jossa se täyttää em. ehdot. Pallo ei saa koskaan mennä lähemmäksi lippua kuin sen alkuperäinen paikka.

Ohittaminen

Ensisijaisesti peliryhmien tavoite on pysyä muun kentän kierron tahdissa. Jos kuitenkin joku peliryhmä jää edellä menevästä ryhmästä ja takaa tuleva ryhmä alkaa painostamaan on kaksi vaihtoehtoa. Pelaavan ryhmän on kiristettävä tahtia tai sitten antaa takana tulevan ryhmän ohittaa.

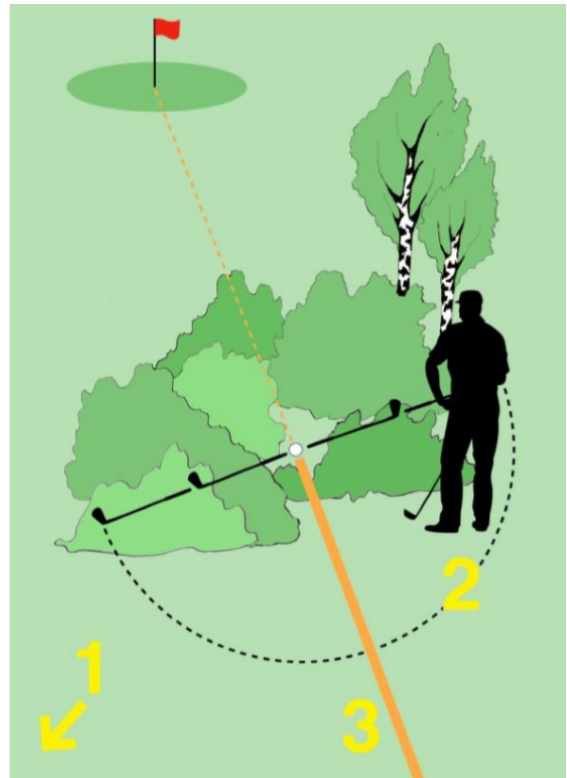
Ohittamiseen ei ole yhtä ja oikeaa tapaa. Tärkeintä on suorittaa ohittaminen siten, että se on sujuvaa. Ohittaminen on parasta tehdä avauslyöntien jälkeen, jolloin hitaampi ryhmä siirtyy väylän sivuun turvalliseen paikkaan ja antaa takana tulevan ryhmän suorittaa avauslyönnit. Kun takana tullut ryhmä on avannut, väylällä oleva ryhmä suorittaa kakkoslyönnit ja jää odottamaan ohittavaa ryhmää tekemään saman. Siirrytään väylällä yhdessä eteenpäin ja odotetaan, että ohittava ryhmä on pelannut reiän loppuun. Tämän jälkeen ohitettava ryhmä tekee saman.

Lyöntipeli ja pistebogey aloittelijoille

Yleisimmät pelimuodot ovat lyöntipeli ja pistebogey. Lyöntipelissä lyödään palloa niin pitkään että se on reiässä ja jokainen lyönti lasketaan. Pelin nopeuttamiseksi on kuitenkin olemassa erityisesti aloittelijoille sopiva pelimuoto, pistebogey.

Pistebogeyssa nimensä mukaisesti pelaaja saa tuloksestaan pisteitä omaan tasoitukseensa nähden. Lähtökohtaisesti aloittelijan lyödessä par 4 väylällä 8 lyöntiä ei hän voi enää saada pisteitä. Tällöin pelaaja voi nostaa oman pallonsa taskuun ja mennä seuraavalle lyöntipaikalle. Tätä hieman perehtymistä vaativaa pelimuotoa suositellaan aloittelijoille erityisesti ruuhka-aikana pelatessa. Parhaiten opit pistebogeyn periaatteet kokeneemman pelaajan opastuksella. Toki pelimuodosta ja pisteiden laskemisesta löytyy netistä lisätietoa.

Pelaamaton paikka



Mikäli et pysty lyömään palloasi, voit todeta sen olevan pelaamattomassa paikassa. Tällöin voit dropata pallosi yhden lyönnin rangaistuksella mahdollisimman lähelle paikkaa, josta viimeksi löit palloa tai kahden mailanmitan päähän pallon sijaintikohdasta, ei kuitenkaan lähemmäksi reikää.

Bunkkerista pelaaminen

Bunkkerit ovat kentälle tarkoituksella tehtyjä esteitä. Bunkkerit voivat olla väylällä tai viheriön välittömässä läheisyydessä. Bunkkerilyöntiä varten on oma mailansa, mutta sieltä saa lyödä millä tahansa bägistä löytyvällä mailalla. Nykysäännöillä pallon saa siirtää (dropata) bunkkerista pois kahdella rangaistuksella, mutta ei lähemmäksi lippua.

Mene bunkkeriin aina matalasta reunasta. Bunkkerissa et saa koskettaa mailalla hiekkaa ennen lyöntiäsi. Tee harjoitusvingi siis ilmassa. Lyönnin jälkeen haravoi jälkesi ja jätä harava bunkkeriin kentän ilmoittamalla tavalla.

Tasointus

Jokaisella pelaajalla on pelitaitojen mukainen tasointus. Tasointus voi olla mitä tahansa 0 ja 54 välillä. Aloittaessasi golfin tasointuksesi 54. Se tarkoittaa sitä, että voi jokaisella 18 väylällä lyödä 3 lyönti enemmän kuin 0 tasointuksella pelaava golfari. Tasointusjärjestelmän hieno puoli on siinä, että eri

KURSSILAISEN ITSEOPISKELUMATERIAALI

tasoiset pelaajat voivat kisailla keskenään. Tasoituksesta löydät lisää infoa netistä.

Tasojärjestelmä käydään läpi green card -kurssilla. Todennäköisesti tasoitus siihen liittyvät kentän slopet jne. opit vasta kurssin jälkeen ensimmäisillä kierroksilla, kun laskette pelikavereidesi kanssa tulostasi.

Etiketti

Etiketti kuulostaa kalskealta, mutta sillä tarkoitetaan käytännössä muiden pelaajien huomioonottamista sekä kentän turvallisuudesta ja kunnosta huolehtimisesta. Golfkentällä siis moikataan kaikkia hymyillen, korjataan lyöntijäljet sekä nautitaan lajista täysillä muut huomioon ottaen.

Etiketti ei siis tarkoita vain pukeutumisohjeita, jotka nekin ovat viime vuosina höllentyneet. Sinulla ei siis tarvitse olla kauluspaitoja ja ruutuhousuja. Etiketistä ja mm. pukeutumisesta golfliiton sivuilla <https://golf.fi/aloita-golf/kayttaytyminen/>

Kannattaa tarkistaa kunkin kentän pukeutumis- säännöt ennen peliä.

Pikavinkit treenaamiseen

Lämmittely

Ennen suoritusta kroppaasi on hyvä hieman herätellä, jotta välttyt loukkaantumisilta. Aivan aluksi voit avata paikkoja tekemällä esimerkiksi kyykkyjä sekä laittamalla mailan niskan taakse ja kiertämällä ylävartaloa. Liikkuvuutta voit hakea vaikkapa tekemällä lyöntiliikettä painavalla mailalla.

Rangella

Rangella eli harjoituslyöntialueella kannattaa viettää paljon aikaa harrastuksen alussa. Pelaamisesta nauttii enemmän, kun osuu palloon kunnolla. Harjoittelu palkitsee, kunhan maltaa keskittyä ja kysyy rohkeasti neuvoa.

Rautalyönti

Rautalyönti on golfin peruslyönti, jota kannattaa hioa rangella. Aseta pallo eteesi keskelle, jouta hieman polvista ja keskity löytämään hyvältä tuntuva rytmi lyöntiisi. Muista pitää katse pallossa.

Draiveri

Draiverilla lyödään golfin pisimmät lyönnit ja sitä käytetään yleensä ainoastaan väylän avauksissa. Draivin harjoittelussa tärkeää onkin oppia lyömään tiin päältä ja saada pallo lähtemään oikeaan linjaan.

Puttaaminen

Puttigriinillä on tärkeää oppia mahdollisimman yksinkertainen liike. Mailan lavan pitäisi liikkua suurin pirtein suoraan taakse ja eteen – kuitenkin vapautuneesti. Koeta välttää ranteiden tekemää liikettä ja laita maila liikkeelle hartioilla. Pidä silmät pallon päällä. Kannattaa käydä kokeilemassa kyseisen kentän viheriöiden nopeus ennen peliä, ne saattava vaihdella todella paljon kenttien välillä.

Lyhyt putti

Puttaamisessa on tärkeää, että löydät hyvän tuntuman lyöntiin ja tunnistat, miten kallistukset vaikuttavat. Hyvä harjoite on, että asetat neljä tiitä eri puolille reikää 1–2 metrin päähän reiästä ja puttaat jokaisen tiin vierestä pallot reikään.

Pitkä putti

Pitkään puttiin hyvä harjoite on puttailla samasta kohdasta moneen eri reikään. Ota viisi palloa ja puttaa 5–15 metrin putteja eri reikiin. Kun jokainen pallo on alle metrin päässä reiästä, on harjoite suoritettu.

Lähipelialueella

Lähipelin harjoittelu auttaa kaiken tasoisia pelaajia. Lyhyiden lyöntien opetteleminen hyödyntää myös täyden swingin lyöntejä. Kierroksen aikana jopa yli puolet lyönneistä lyödään alle sadan metrin matkalta, joten tuloksen kannalta lähipeli ratkaisee.

Chippi

Chippiä kannattaa harjoitella muutamalla pallolla erilaisista paikoista viheriön ympärillä. Koeta myös monia eri mailoja ja matalia sekä korkeita lyöntejä. Tärkeintä on, että saat tuntumaa lyöntiisi ja opit oman tapasi saada pallo lähelle reikää.

Pitch

Lyö ensin 10 metrin päästä viheriöstä niin kauan, että yksi palloista on alle 3 metriä lipusta. Siirry viisi metriä kauemmas ja toista sama asia. Tee harjoitusta niin kauan, että onnistut 25 metrin päästä viheriöstä.

Bunkkeri

Hyvä harjoite on piirtää 5 cm pallon taakse viiva mailalla. Tämä viiva on se kohta, jossa mailan pitäisi osua ensimmäisen kerran hiekkaan. Avaa lapaa hieman, eli käännä mailaa kädessäsi niin, että lavan kärki osoittaa hieman pallosta pois päin.

Kotona harjoittelu

Golfin harjoittelu ei vaadi aina rangelle tai kentälle lähtemistä. Kotipihalla, puistossa tai olohuoneessa voi parantaa pelitaitojaan merkittävästi.

Lähipeliä voi harjoitella myös kotipihalla tai lähipuistossa pystyy kehittämään omia pelitaitoja. Ota wedget ja muutama pallo mukaan, aseta kohteeksi vaikkapa vaate, kenkä, bägi tai vaikkapa ämpäri. Voit asettaa myös useamman kohteen.

Puttaamista voit harjoitella kotona sisällä maton päällä. Aseta vanha cd-levy väärinpäin lattialle, aseta pallo sen keskelle ja ota alkuasento siten, että näet itsesi cd:stä. Näin voit harjoitella hyvää puttiasentoa.

Lihaskunnosta voit huolehtia venyttelyllä. Syvien lihasten vahvistaminen tuo peli-iloa vakavammin golfiin hurahtaneille. Kierroksen jälkeen on hyvä venyttää etenkin isoja lihaksia (reidet, pakarot)

sekä selkä- ja rintalihaksia. Liikkuvuutta voi harjoitella esimerkiksi kiertoliikkeillä jumppakuminauhan kanssa.

Golfin sanastoa

Birdie, birkku - Yksi lyönti alle ihannetuloksen (par) pelattu reikä.

Bogey, bogi - Yksi lyönti yli ihannetuloksen (par) pelattu reikä.

Bunkkeri: Hiekkaeste

Caddiemaster - Lähtöajoista ja muista käytännön asioista vastaava golfkentän työntekijä.

Chip, chippi - Griinin vierestä griinille tehtävä lyhyt lyönti.

Divot, divotti - Lyönnissä irtoava turve, joka pelaajan on ehdottomasti painettava takaisin paikalleen väylällä, mutta ei lyöntipaikalla (tiillä)

Driving range, range - Harjoituskenttä, etenkin pitkien lyöntien harjoitteluun tarkoitettu alue.

Dropata, droppi - Pudottaa pallo sääntöjen määräämään paikkaan.

Eagle - Kaksi lyöntiä alle ihannetuloksen (par) pelattu reikä.

Fore! - Golfarien kansainvälinen varoitusshuuto.

GoGolf: Suomen suurin kaupallinen golfyhteisö, jonka jäsenillä mm. HIO vakuutus ja erikoishintaiset green feet Suomen parhaille kentille. Sinäkin saat jäsenyyden kuluvalle kaudelle suorittamalla GoGolfin Päivässä Golfariksi green card -kurssin

Green fee: Vierailevan pelaajan kenttäkohtainen kierros- tai päivämaksu.

Griini, viheriö - Golfkentän herkin osa – lyhyeksi leikattu alue, jossa reikä sijaitsee ja jossa käytetään putteria. Muista korjata pallon jäljet!

Griinihaarukka - Pieni työkalu, jolla korjataan omat tai muiden jättämät pallon alastulojäljet griiniltä.

Handicap (HCP): Pelaajan tasoitusluku, joka määräytyy pelattujen kierrostulosten perusteella.

Huti: Älä vaan lyö näitä! :). Näitä tulee väkisinkin, välillä myös hyvälle pelaajille :)

Hole in one, holari, HIO - Pallon lyöminen tiiauspaikalta suoraan reikään.

Honour, honööri - Lyöjän aloitusoikeus, joka määräytyy edellisillä rei'illä saatujen tulosten ja lähtöjärjestyksen perusteella.

Hook, hukki

Vasemmalle kiertävä lyönti oikeakätisellä pelaajalla.

Mulligan - Epäonnistuneen ensimmäisen avauslyönnin jälkeen suotu uusi yritys, ei hyväksyttävää virallisissa kilpailuissa tai tasoituskierroksella.

Par - Ihannelyöntimäärä kullekin reiälle. Määräytyy reiän pituuden mukaan.

Range - Lyöntiharjoittelualue

Rough, raffi

Karheikko. Väylän ulkopuolinen vaikeammin pelattava alue.

Score card

Tuloskortti, johon lyönnit kirjataan ja joka voidaan palautta caddiemasterille.

Slice, slaissi

Vasemmalta oikealle kiertävä lyönti oikeakätisellä pelaajalla.

Slope

Luku, joka ilmaisee kunkin kentän suhteellisen vaikeuden. Mitä suurempi kentän slope-luku on, sitä vaikeampi kenttä on.

Svingi - Golflyönti kokonaisuudessaan.

KURSSILAISEN ITSEOPISKELUMATERIAALI

Tasoitus - Luku, joka luonnehtii pelaajan taitoa. Aluksi tasoitus on 54 – taitojen kehittyessä sitä pystyy laskemaan.

Tee, tii, tiiboksi - Tiiauspaikka eli paikka, jolta aloituslyönti tehdään. Kentällä on useampi tiiauspaikka: etummaiselta pelattaessa kenttä on lyhyin ja kauimmilta pisin. Tiipaikat merkataan joko värein (punainen – naisten tee, keltainen – miesten tee, valkoinen – kilpatee) tai numeroin esim. 46 (kentän kokonaispituus teepaikalta reikään n. 4600 metriä, 55 - n. 5500 metriä, 63 – n. 6300 metriä)

Tuplabogey, tuplabogi - Kaksi lyöntiä yli ihannetuloksen (par) pelattu reikä.

Hyödyllisiä linkkejä:

Suomen Golfliiton golfin säännöt: <https://golf.fi/pelaajalle/saannot/>

Suomen golfliiton alaiset golfkentät: <https://golf.fi/pelaajalle/kenttaopas/>

Suomen Golfliiton julkaisemat yleiset ohjeet golfkentällä käyttäytymiseen turvallisesti:

<https://golf.fi/aloita-golf/kayttaytyminen/>

Suomen Golfliiton tasoitusjärjestelmästä infoa: <https://golf.fi/aloita-golf/kayttaytyminen/>