

GOLF Z WOLF



To już nie tylko sport dla zamożnych, starszych mężczyzn. Golf przeżywa ożywiony napływ graczy, a młode wilki podbijają zieleni. Młoda i szalona - ale już doświadczona ręka w biznesie golfowym - to Christine Wolf, golfistka Kornspitz. A ponieważ ta sympatyczna Tyrolka chce, aby wszyscy zafascynowali się golfem, ujawnia najważniejsze sztuczki, które pozwalają naprawdę "wymiać na trawie".

Odpowiednie wyposażenie

„Golf nie musi dużo kosztować”, mówi ta 33 latka. Możesz zacząć od zestawu dla początkujących, który zaczyna się od około 600 euro. Uwaga: dostępne są zestawy męskie i damskie. Główka kija jest taka sama, ale twardość trzonka jest inna. Jeśli grasz częściej, co zwykle podnosi jakość gry, czas na dopasowany kij golfowy. Kosztuje więcej, ale jest dostosowany do swingu, wielkości ciała lub poziomu umiejętności.

Strój musi być odpowiedni

Jeśli chodzi o strój zasady nie są już takie surowe. Z koszulką polo można łączyć krótkie spódnice lub spodnie. W niektórych klubach dozwolone są również T-shirty i dżinsy - ale prosimy o wcześniejsze rozeznanie, w końcu każdy klub ma swój własny regulamin. Z chinosami i koszulką polo też powinno być w porządku. W przypadku kobiet odzieżowa linia golfa w ostatnim czasie bardzo często krzyżowała się z linią tenisa. Dlatego wiele strojów, które nosi się na korcie tenisowym, można założyć również na polu golfowym.



Dobra postawa to połowa sukcesu

Zawsze rozstawione na szerokość barków, lekko ugięte kolana. W zależności od rakiety pozycja piłki zmienia się ze środka na lewą stopę. Na przykład: w przypadku Pitching Wedge (PW) pozycja piłki znajduje się bardziej pośrodku, między dwiema stopami. Im mniej loftu (stopni) ma kij, tym bardziej na lewo piłka w pozycji adresowej (uwaga: tak jest przy praworęcznych, u leworęcznych jest dokładnie na odwrót).

O OSOBIE:
Christine Wolf
Od roku 2017

w „Kornspitz Sport Team”
Profesjonalista od września
2012

Udział w olimpiadach: Rio de
Janeiro 2016 i Tokio 2021

Zwycięstwo w Hero Women's
Indian Open 2019

Po pierwsze bezpieczeństwo

Jeśli jest się nowym na polu golfowym lub na Driving Range (terenie treningowym do gry w golfa) to zawsze jest ważne utrzymywać dystans do pozostałych graczy. Promień zamachu jest duży i wielu nie może na początku prawidłowo uderzyć piłki, co oznacza, że piłka może wylądować w dowolnym miejscu. Dlatego zawsze należy chodzić w dużym promieniu za innymi graczami. Piłka lub główka kija na ciele mogą być bardzo bolesne.



Nabierz rozpędu

Wielu uważa, że w długiej grze fajny zamach to podstawa i to wystarczy, jednak w końcu wszystko sprowadza się do momentu uderzenia. Dlatego Wolf zaleca kilka godzin z Profesjonalistą - naprawdę mogą pomóc. Najlepiej wycelować kijem z ziemi w konkretny cel i w ten sposób ćwiczyć. Pozwala to oku dostosować się do celu. Wiele strzałów widzie wtedy prosto do celu, ponieważ bez "wstępnego zaprojektowania" trajektorii.

Putten – ale prawidłowo

Ten ruch przypomina minigolfa. Uderzenie wykonuje się putterem na greenie – piłka tylko toczy się i powinna idealnie wpaść do dołka. Przy puttingu bardzo ważna jest kontrola odległości. Gdy opanujesz prędkość greenów, możesz zająć się czytaniem linii. „Uważam, że to bardzo interesujące, kiedy idziesz o 360 stopni wokół putta, ponieważ szczególnie po „niskiej stronie” przerwy można bardzo dobrze dostrzec, jak duże jest załamanie – wyjaśnia Christine Wolf.



Pięknej gry!

WSKAZÓWKA OD PROFESJONALISTY

„Szczególnie na początku często pracujesz tylko nad swoim swingiem, chociaż uważam, że krótka gra jest niezwykle ważna, nawet dla początkujących. Poświęć więc dużo czasu na chippen i putten.”



FACHOWE TERMINY SZYBKO WYJAŚNIONE

Driving Range:

Placówka treningowa, w której możesz ćwiczyć uderzanie piłek.

Green/Grün:

Jest to najkrócej skoszony trawnik, na którym dołek znajduje się, że tak powiem, na końcu każdego toru wodnego. Na greenach często występują pewne nierówności, które określa się jako „przerwy”. Kiedy jesteś na greenie, „czytasz” green i uważnie przyglądasz się wybojom, aby wiedzieć, w jakim kierunku potoczy się piłka.

Putt:

Nazywany strzałem oddanym z greenu lub z niewielkiej odległości przed greenem. Piłka nie leci, ale toczy się po ściśle skoszonym greenie, aż znajdzie się w dołku. Ten ruch wymachu jest bardzo podobny do ruchu w minigolfa.

Chip:

Krótki strzał zagrany tuż przed greenem. Zwykle jest to stosunkowo niewielki ruch zamachowy, a piłka przelatuje tylko kilka metrów i toczy się pozostałe metry do dołka.

Handicap:

Handicap (HCP) pokazuje siłę gry gracza. Im niższy handicap, tym lepszy poziom umiejętności gracza. HCP spada z 54 do 0. Oznacza to, że bardzo dobrzy gracze mogą grać z początkującymi lub przeciwko sobie. Tak więc golf jest jednym z niewielu sportów, w których rywalizują ze sobą gracze na różnych poziomach.

Par:

Każdy dołek ma z góry określoną liczbę strzałów, które należy oddać. Istnieją par 3, par 4 i par 5. Ktoś z HCP 0 powinien wypełnić każdy dołek w podanej liczbie. Ktoś z handicapem 36 może wykonać jeszcze dwa strzały na dołek.