

INTRODUKTION TIL GOLF



VELKOMMEN TIL GOLF

Vi byder dig hermed velkommen som prøvemedlem i Norddjurs Golfklub. Vi håber du bliver så glad for at spille golf, at du vil fortsætte som fuldt medlem i klubben og nyde golfspillets glæder og det gode fællesskab med ligesindede her i klubben i mange år.

Al begyndelse er svær, men vi har tilrettelagt et introduktionsforløb, der sikrer, at du lærer at ramme bolden, spille banen, kende reglerne og præsenteres for aktiviteterne i klubben. Så er det faktisk ikke så svært, og jo mere tid og energi du investerer i starten, jo nemmere er det, og jo bedre grundlag får du, for at kunne udvikle dig som golfspiller.

Golf kan spilles af alle og på alle niveauer. Er du ung, sportstrænet og ambitiøs kan du blive elitespiller og komme på divisionsholdet. Er du bleven voksen og ser mere sport end du udøver, kan du blive en habil motionsspiller, ligesom de fleste af os andre, og få masser af frisk luft, motion, kammeratskab og spillemæssige udfordringer på dit niveau.

Introduktionsforløbet består af:

- instruktion i golfsvingets grundlæggende teknik
- instruktion i de forskellige typer af slag, der skal bruges på banen
- undervisning i golfreglerne og hensigtsmæssig adfærd på banen
- undervisning i spillet på banen
- deltagelse i begynderturneringer
- orientering om klubben og dens aktiviteter
- banetilladelse

Når du har gennemført introduktionsforløbet får du banetilladelse, og du kan så spille banen på egen hånd og deltage i turneringer og andre aktiviteter i klub 37, som er en klub i klubben bl.a. for nye spillere.

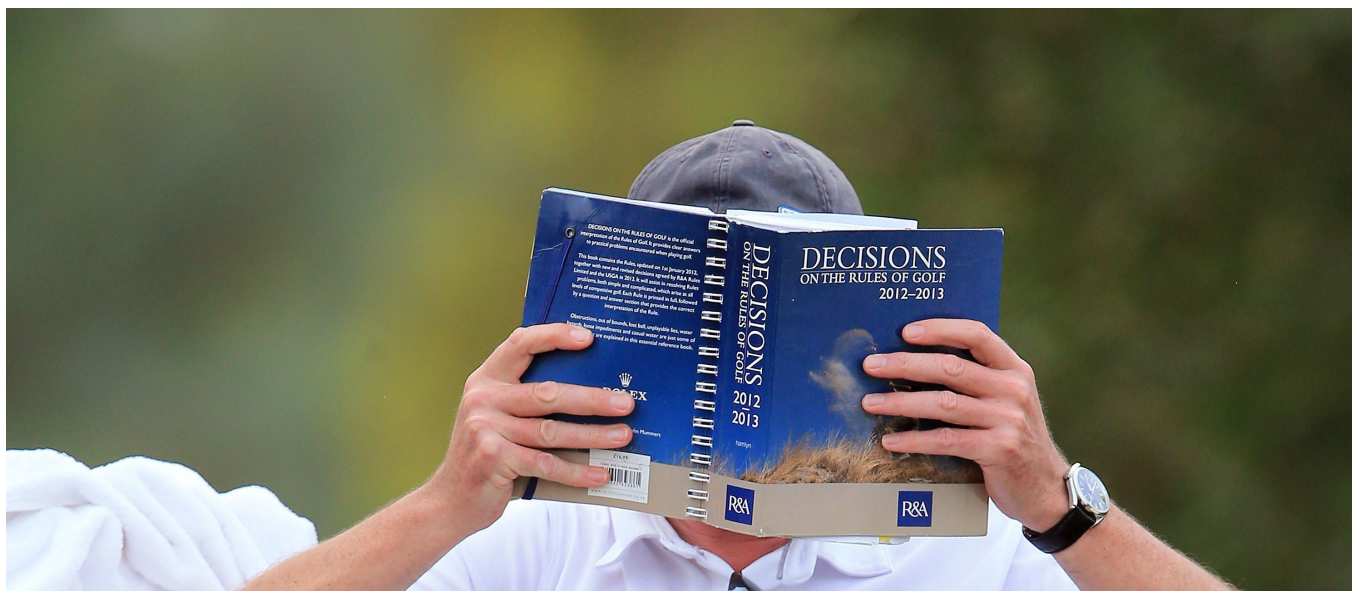
Nu vil der så typisk være gået de 3 måneder som et prøvemedlemskab varer, og du er forhåbentlig blevet så bidt af spillet, at du fortsætter dit medlemskab i klubben.

Du er selvfølgelig ikke udlært som golfspiller endnu, selvom du er kommet godt igennem "grundskolen", derfor har vi også en "efterskole", hvor din svingteknik forbedres og dine spillemæssige færdigheder på banen videreudvikles. Efterskolen tilbydes i året efter dit prøvemedlemskab.

I dit tredje år som golfspiller vil du også blive tilbudt deltagelse i en "efterskole 2" sammen med de gamle kammerater fra grundskolen.

Udover at der således bliver taget hånd om dig gennem alle faserne i introduktionsforløbet og de første år i klubben, får du også tildelt en person fra begynderudvalget som mentor, en vejleder, som du kan spørge om alt undervejs.

På de følgende sider kan du læse om de praktiske detaljer i Introduktionsforløbet.



DIT FORLØB

Instruktion i golfsvingets grundlæggende teknik

I golf taler vi om fulde slag, indspilsslag, specialslag og putteslag. De fulde slag slås med forskellige køller, men teknikken er den samme for alle køller. Indspil slås med afkortede udgaver af det fulde sving, specialslag slås med varianter af det fulde sving, mens puttning, hvor bolden trilles afsted, har sin egen teknik.

Instruktionen og din egen træning i det grundlæggende fulde svingsteknik foregår på trænings-banen, også kaldet Driving Range. Den ligger tæt ved klubhuset, der slås fra måtter og træningsboldene, som det er gratis at bruge, ligger i en kasse ved indgangen. Træningsboldene må kun bruges på træningsbanen og på indspilsområdet, som ligger lige ved træningsbanen.

Golfkøller låner du under prøvemedlemskabet af klubben, så du skal bare være udstyret med tøj, som du kan bevæge dig i, og sko som du kan stå fast i.

Instruktionen varetages af klubbens træner og foregår som fællestræning i hold a 8-10 personer. Du får i alt 10 lektioner a 1 times varighed og ca. halvdelen bruges på den grundlæggende sving-teknik. Lektionerne ligger onsdag eftermiddag kl. 16.00 – 17.00 og lørdag eftermiddag kl. 13.00 – 14.00. Man kan deltage begge dage, men det forudsættes, at man øver sig mellem lektionerne.

Instruktion i indspil, specialslag og puttning

Instruktionen i indspil, d.v.s. de korte slag omkring green foregår på Indspilsområdet ved Driving Range og i samme format som instruktionen i grundslag.

Ude på banen har man været så venlig at lægge nogle forhindringer for spillet i form af sandgrave (bunkers), søer, træer, højt græs og lignende ubehageligheder. Der kræves undertiden nogle særlige slag for at komme fri af disse forhindringer, og sådanne specialslag får du også instruktion i.

En vigtig del af spillet foregår på green, det tætklippede område omkring hullet. Teknikken i putteslaget er egentlig ikke særlig svær, bolden skal bare trilles max 25 m, men det er faktisk ikke så nemt at beregne og slå den rigtige længde i den rigtige retning, når greens ikke nødvendigvis er vandrette, så teknikken skal kombineres med en god fornemmelse.

Et putt på 1 cm "koster" lige så meget som et langt slag på 200 m, så der kan både tjenes og spildes på puttningen. I professionelt golfspil bruger man ofte metaforen "Driving is funny, but putting is money".

Puttningen vejer så meget i spillet, at vi faktisk begynder den tekniske undervisning med puttning. Det foregår på Puttinggreenen, som ligger lige ved klubhuset. Her skal man bruge egne bolde.



DIN UNDERVISNING

Undervisning i golfreglerne og adfærd på banen

Golfreglerne er ret omfattende, fordi der kan opstå mange forskellige konfliktsituationer, når op til 4 personer spiller samtidig med hver sin bold i varieret terræn og al slags vejr. Men kender man de relativt få, hyppigst anvendte regler, klarer man langt de fleste situationer. I prøvemedlemsskabet får du en regelbog og adgang til en on-line regelskole og en test, som skal bestås inden du kan opnå banetilladelse. På et orienteringsmøde får du lejlighed til at stille spørgsmål til golfreglerne.

Da der er mange spillere på banen ad gangen, da man ikke altid har fuld kontrol over sine slag og da man også kan være lidt hård ved græsset, er det nødvendigt, at der findes og følges nogle regler for hensigtsmæssig adfærd på banen. De kaldes etiketteregler, fordi det kun er anvisninger, hvis overtrædelse ikke medfører straf, som overtrædelse af golfreglerne gør.

Du får et lille lommekort med de vigtigste af disse etiketteregler, og du får også indblik i dem, når du kommer ud at spille på banen med en vejleder.



Undervisning i spillet på banen

Når du efter 3 - 4 lektioner har fået lidt fornemmelse af teknikken, kommer du ud at spille nogle runder på en lille øvebane med 4 korte huller, en såkaldt Par 3 bane. Den ligger ved siden af Driving Range, og her skal man bruge egne bolde. Spillet foregår hver torsdag aften fra kl 18.00. 3 begyndere spiller sammen, og en øvet spiller, kaldet "holdkaptajnen", går med og vejleder i spillets finesser. Der spilles 2x4 huller, kaldet en runde.

I prøvemedlemsskabet kan du frit spille på Par 3 banen, og det skal du gøre jævnligt og på den måde, at du veksler mellem teknisk grundtræning og banetræning.

Når du har spillet 2 runder på Par 3 banen i max 48 slag pr. runde – med deltagelse af en holdkaptajn - er næste skridt ud på den store bane .

Deltagelse i Begynderturneringer

Når du har klaret par 3 banen skal du deltage i nogle begynderturneringer. De foregår på den store bane, også torsdag aften kl. 18.00. Der spilles 9 huller i hold af 3 spillere med en holdkaptajn som vejleder. De første par gange spilles der fra et fremskudt teested, så overgangen fra den korte par 3 bane til den væsentlig længere store bane ikke føles så voldsom. Derefter spilles de 9 huller i fuld længde.

Når du har spillet mindst 4 begynderturneringer på den store bane og har klaret 2 runder på banen i fuld længde på max 72 slag pr. runde kan du få banetilladelse. Tilmelding til begynderturneringerne og Klub 37 skal ske via Golfbox. Du får udleveret en brugervejledning hertil.

Orientering om klubben og dens aktiviteter

Undervejs i introduktionsforløbet afholdes en orienteringsaften i klubhuset, hvor vi fortæller om golfspillet, regler, etikette, udstyr, klubstruktur, turneringer, medlemskaber og kontingenter og meget mere.

Dette orienteringsmøde er obligatorisk og holdes indenfor ca. 1 måned efter start, og vi svarer på spørgsmål om alt, hvad der har med golf at gøre.

Banetilladelse

Gennemførelse af hele introduktionsforløbet er dels en forudsætning for at kunne få banetilladelse og blive fuldt medlem, dels din og vores "garanti" for, at du har fået en ordentlig start på dit golfliv. Din deltagelse i alle elementerne i introduktionsforløbet skal derfor registreres, så du bliver udstyret med et begynderkort, som vi kalder det Orange Kort. Heri skal du selv, træneren, holdkaptajnerne og din mentor notere, hvad du har deltaget i. Endvidere skal du notere dine træningslektioner på et træningsark, der hænger på opslagstavlen i receptionen i klubhuset.

Når vi kan se, at du har gennemført hele introduktionsforløbet og klaret de forskellige krav tilfredsstillende undervejs, kan du få banetilladelse, som giver dig adgang til at spille frit på banen.

Hvis du har gennemført introduktionsforløbet inden dit prøvemedlemsskab er udløbet, kan du gøre brug af banetilladelsen og deltage i Klub 37's aktiviteter i resten af prøvemedlems-skabsperioden.

Fortsat medlemskab af klubben

Når de 3 måneders prøvemedlemskab er slut og du har fået banetilladelse, skal du tage stilling til dit fortsatte medlemskab i klubben. Som medlem kan du spille ubegrænset på banen, deltage i alle klubbens aktiviteter og også spille på (næsten) alle baner i Danmark og udlandet (mod betaling). Du kan læse om medlemskab på hjemmesiden, og du får også en orientering herom på orienteringsmødet.

Sæsonen slutter med en Afslutningsturnering for begyndere og Klub 37 den 23.9.2018, hvor årets begynder kåres.

Gode råd

- Mød frem i god tid inden træningslektioner eller turneringer, meld dig til træneren eller turneringslederen i klubhuset og varm op på puttinggreen og driving range
- Husk at få noteret på dit begynderkort, det Orange Kort og notere på træningsarket på opslagstavlen
- Det er dit ansvar, at du ikke rammer nogen, når du svinger køllen, og at din bold heller ikke kan ramme nogen. Er der risiko herfor, skal du råbe "fore", der betyder "pas på"
- Undgå ellers at råbe, løbe eller på anden måde forstyrre spillere, der skal slå.
- Når du spiller på banen, så lad bagfra kommende spillere overhale, hvis de spiller hurtigere end du gør
- Husk det lille "baneadfærds-kort", som husker dig på de ting, du har brug for at vide på golfgrunden
- De gratis træningsbolde i kassen ved driving range må kun bruges på driving range og på indspilsområdet. De bolde, du har brugt på indspilsområdet skal samles sammen efter brugen.
- Husk altid at tage en flaske vand med ud, når du spiller golf – du skal sørge for at drikke rigeligt
- Der må ikke ryges i klubhuset, og der kan i tørre somre være rygeforbud på banen.



Praktiske oplysninger

Prøvemedlemsskabet varer normalt 3 måneder og koster kr. 500 i depositum, som modregnes i det første ordinære kontingent efter varig indmeldelse i klubben.

Sekretariatet er åbent mandag – fredag kl. 09.00 – 13.30

Sekretæren er Lone Rytter

Mail: sekretariat@norddjursgolf.dk

Tlf.: 86 48 07 00

Hjemmeside: www.norddjursgolf.dk

Golfshoppen i klubhuset har alt det udstyr du skal bruge.

Se åbningstider på hjemmesiden.

I klubhuset er der spise- og opholdsrum, toiletter samt bade- og omklædningsrum.

Der findes automater med snacks, vin, øl, vand og kaffe. Automaterne modtager kun mønter. I automaten ved Probox i receptionen kan man "købe" mønter med sit kreditkort.

Mad kan bestilles i sekretariatet på mail, tlf. eller personligt - senest 4 timer før det skal spises. Menukort i klubhuset og på hjemmesiden

Det er muligt at leje et bagrum, hvor man kan opbevare sit golfudstyr.

Begynderudvalgets medlemmer er:

Inge-Lis Mørch (formand)

ilm@norddjursgolf.dk, tlf. 42 24 13 14

Lone Nielsen

lonefrancis1@gmail.dk, tlf. 61 72 13 17

Jannet F. Hansen

frese@post.cybercity.dk, tlf. 61 70 70 61

Ole Bulebanker

bulebanker@gmail.dk, tlf. 22 52 93 37

Træneren er Henrik Jacobsen

jacobsen@banearkitekt.dk, tlf. 21 26 12 65

Henrik er i klubben onsdag, fredag og lørdag.

Undervisning udover den der er indeholdt i Introduktionsforløbet kan bookes på Golfbox under "lektioner" i venstre side af billedet.

Vi glæder os til at se dig i klubben

Begynderudvalget



VI SAMLER PÅ VENSKABER

APRIL 2018

Norrdjurs Golfklub - Tlf.: 86 48 07 00