

Primer Swing

para
Menores



The PGA of America





Bienvenidos *al juego de Golf*

Golf es un gran juego y lo puedes jugar toda tu vida. Con práctica puedes desarrollar la destreza necesaria para jugarlo bien porque no necesitas ser grande, fuerte, rápido ni tampoco parte de un equipo para disfrutar de golf. Y mientras más juegas, más divertido es.

Este folleto te dará a conocer el juego dándote alguna información básica sobre el equipo, las Reglas, la etiqueta, la terminología de golf y te enseñará a dar el swing y a jugar.

Historia del Golf

Aunque las tradiciones de golf están firmemente basadas en Escocia, existen muchos indicios de que este deporte comenzó pegándole a una piedra con un bastón hasta hacerla llegar a un blanco y se jugaba en Asia y en Sur América. Un juego parecido al golf se jugó en Holanda desde el siglo XIII. Sin embargo, los primeros indicios del impacto de golf en Escocia se notaron en 1457, cuando King James lo prohibió, porque muchas personas estaban descuidando su práctica de arco y flecha.

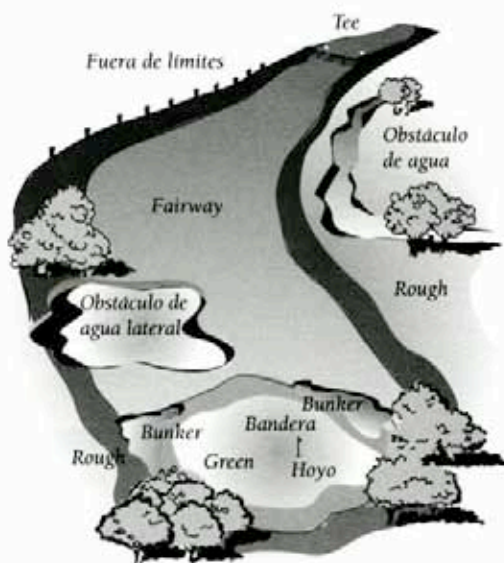
La popularidad de golf en los Estados Unidos comenzó con la fundación del St. Andrew's Golf Club en Yonkers, Nueva York, en 1888. Sin embargo, es un hecho de que había un club de golf establecido en los Estados Unidos desde 1786 en Charleston, Carolina del Sur. Artículos de periódicos de la época muestran que golf se jugaba en el oeste del país, hasta en California antes de 1888.

El crecimiento de golf en los Estados Unidos se le debe principalmente a la llegada de muchos grandes profesionales escoceses en los últimos años del 1800. Inmigrantes como Willie Dunn, Jr., Alex Taylor, Jock Hutchinson y Laurie Auchterlonie no solamente eran jugadores expertos, sino eran también fabricantes de palos, maestros, diseñadores y constructores de campos.

Desde entonces la popularidad del golf ha ido en aumento. Hoy, millones de jugadores de golf juegan en miles de campos a través del mundo.

El Juego

El objetivo de golf es la de girar el palo (hacer el swing) y darle el golpe a la bola desde el TEE, la zona de comienzo, por la FAIRWAY, que es el camino hacia el PUTTING GREEN. Le tienes que pegar a la bola cuantas veces te tome para llegar al GREEN, en donde tienes que meter la bola en el HOYO, que es la zona en donde terminas. Debes contar cada golpe, incluyendo los de penalización y los que no pegues. Para completar una recorrida de regulación tienes que jugar 18 hoyos.



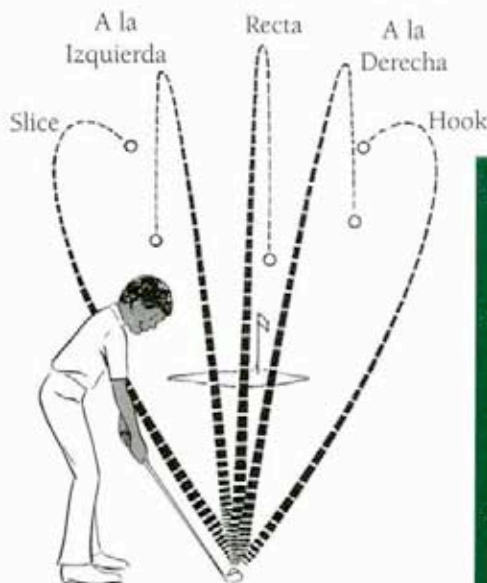
Como se Juega

Mantener una marcha estable

- Juega cada hoyo sin demorarte y estate listo para jugar cuando te toque dar el golpe. Aquellos que están más lejos del green o del hoyo usualmente juegan primero. Limitate a un swing de práctica antes de cada golpe.

La Seguridad en Primer Plano!

- Nunca des el golpe hasta que el grupo que está en el fairway esté fuera de distancia del tiro. Siempre espera que el grupo que va adelante esté fuera del green antes de continuar hacia el mismo.



- La dirección en que vuela la bola de golf depende de como le pegue con el palo.
- La dirección del palo
 - Empujar – La bola gira a la derecha
 - Alar el tiro – La bola gira a la izquierda
- La posición de la cara del palo
 - Hook – Postura cerrada
 - Slice – Postura abierta

Que es Par

Cada hoyo de un campo de golf tiene un número o calificación anotado en la tarjeta de puntuación, que se llama PAR. PAR es el número de golpes que debe tomar jugar el hoyo. Nuestros amigos en el United States Golf Association nos permitieron usar esta definición de PAR.

"PAR es el número de golpes que un jugador excelente necesita para jugar un hoyo sin errores, bajo condiciones atmosféricas normales sobre un terreno corriente, siempre permitiéndole al jugador dos putts en el green."

Puntuación

Cada hoyo tiene un número o calificación anotado para llamarle PAR. Esta es la puntuación que los golfistas tratan de lograr cuando comienzan a jugar. De acuerdo con su longitud, el hoyo puede estar tasado para PAR en 3, 4 o 5 golpes.

La Tarjeta de Puntuación

Hoyo	1	2	3	4	5	6	7	8	9	Total
Par	4	4	3	5	4	3	4	3	5	35
Josefa	4	4	3	4	4	4	5	5	4	37
Ricardo	4	3	3	3	4	4	4	5	5	35

Debes obtener tu tarjeta de puntuación en la tienda del club antes de comenzar a jugar. Esta tarjeta tendrá información sobre el campo y las reglas locales que sean aplicables.

PAR:
La misma puntuación que Par

BIRDIE:
Un golpe por debajo del Par

EAGLE:
Dos golpes por debajo del Par

BOGEY:
Un golpe por encima del Par

DOUBLE BOGEY:
Dos golpes por encima del Par

Equipo

Palos

Hay muchos lugares en que puedes comprar palos que sean de la medida exacta para ti. O puedes modificar palos para que te sirvan. Es muy importante consultar con tu Profesional PGA para ayudarte con la adquisición de tu equipo de golf. Equipo que te sirva propiamente te permite desarrollar tu estilo debidamente.

Los palos de golf están diseñados para ayudarte a desempeñar diferentes golpes. Están las MADERAS para el fairway y golpes a larga distancia. Están los HIERROS para distancias medias y acceso al green. Están los WEDGES de diferentes inclinaciones para golpes de acceso muy cercano al green o acceso al green desde un bunker y están los PUTTERS para jugar en el green y meter la bola en el hoyo.

Cada palo tiene una inclinación distinta que produce vuelos y tiros de diferentes alturas y distancias. Mientras más baja la inclinación, más bajo el tiro.

Bolas

Una bola de golf es una esfera redonda que tiene por los menos 1.68 pulgadas de diámetro y pesa no más de 1.62 onzas.



Maderas

Hierros

Wedges

Putter

Bolsa de Golf

Aprendiendo a Jugar Golf

Hay varias maneras de aprender a jugar golf. Mirando torneos profesionales en la tele u observando el juego de otras personas puede ayudarte a desarrollar un sentido del juego.

Sin embargo, cuando empiezas a jugar, la mejor manera de aprender es inscribiéndote en un taller o en unas clases para principiantes. De esta forma recibes instrucción sobre la postura perfecta, como alinear la cara del palo y tu cuerpo, como sujetar el palo para hacer un buen grip y como hacer el swing. También recibirás información sobre las Reglas, la etiqueta del juego y la administración de un campo de golf.

A medida de que tu juego se desarrolle y te sientas más cómodo, siempre es una buena idea tomar lecciones privadas de un Profesional PGA. Todos tenemos la tendencia de desarrollar ciertas costumbres después de que empezamos a jugar. Lecciones individuales te permiten revisar como va tu juego y como mejorarlo.

Para encontrar un Profesional PGA que dé lecciones puedes consultar con las instalaciones de golf más cercanas, o visitar el website www.PGA.com y hacer clic en "Learning." Debes identificar en que estado vives y tu código postal y verás una lista de los Profesionales PGA más cercanos.



El Backswing a Cambio de Dirección

Las Destrezas de Golf

Las destrezas de golf en realidad son swings de diferentes longitudes con palos de distintas inclinaciones para crear tiros de diferentes distancias. Para dar estos golpes, piensa en como gira un reloj. Te meneas atrás y adelante la misma distancia para cada destreza. Un 7 a 5 u 8 a 4 sería usado para hacer el Putt y el Chip. Un swing de 9 a 3 sería usado para el Pitch.



Stance correcto

El Stance

Un stance correcto te ayuda a crear y a mantener el equilibrio durante el swing. Colócate detrás de la bola con los tobillos debajo de las de los hombros con el peso de tu cuerpo distribuido uniformemente entre el talón y el antepié de cada pie. Una vez estés en la postura correcta, empuja tus caderas hacia atrás e inclínate hacia adelante desde las caderas hasta que el pecho esté alineado con la bola. Finalmente, inclina el tronco hasta que el hombro derecho esté más bajo que el hombro izquierdo (en jugadores diestros).



Equilibrio de Golpe al Follow-through

El Grip

El método menos complicado de agarrar el palo propiamente es pararse derecho con los tobillos debajo de los hombros, sosteniendo el palo delante de ti en un ángulo de 45 grados con tu mano derecha (para los jugadores diestros). Coloca el palo en diagonal sobre los dedos de la mano izquierda (para los jugadores diestros).



El grip Vardon

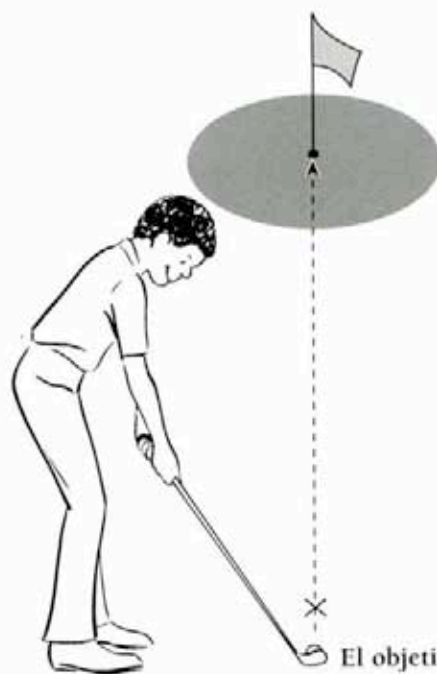


El grip entrelazado



El grip de béisbol

Después, simplemente baja la mano derecha por la varilla hasta que el pulgar de la mano izquierda encaje en el canal formado cuando doblas los dedos de la mano derecha. Ahora, el pulgar de la mano izquierda está tapado con la base carnosa de la mano derecha y el meñique de la mano derecha descansa sobre los dos primeros dedos de la mano izquierda. (El grip Vardon)



El objetivo intermedio

La Puntería y La Colocación

Para asegurar que la bola se envíe hacia la dirección deseada, comienza parándote detrás de la bola e imagina una línea desde el objetivo a la bola. Entonces escoge un punto de seis a doce pulgadas en esta línea delante de ti como un objetivo intermedio. Una vez hecho esto, sitúate en tu stance y coloca la cabeza del palo detrás de la bola, apuntando al objetivo intermedio. Asegúrate de mantener la vista en el objetivo mientras tomas tu stance. Tienes que colocar tu cuerpo entero, incluyendo los pies, las rodillas, las caderas y los hombros, paralelo a la línea imaginaria.



Cima del backswing



Posición final

El Swing

El swing es un movimiento circular que está compuesto de dos movimientos. Un movimiento se aleja de la bola, el backswing (arco hacia atrás), y el otro movimiento se acerca a la bola, el forward swing (arco hacia abajo), hasta llegar a una terminación completa. Debes de girar el palo hacia atrás hasta que tu espalda esté en frente del objetivo y después girarte en la dirección del

objetivo hasta que tu pecho pase el objetivo. El swing correcto hará el sonido WUSH cerca de la bola y resultará en una terminación completa y equilibrada.

El Campo de Prácticas

Para aprender a jugar golf se necesita practicar. La práctica la debes dividir entre las mecánicas del swing y el desarrollo de los golpes, y entre el juego en corto y los tiros vigorosos.

La Práctica del Swing

Usa ejercicios de movimientos lentos y un espejo para revisar el movimiento del swing. Pon atención particular al equilibrio y la postura.

La Práctica de Golpes

Crema una rutina que usarás en el campo y practica los golpes bajo las condiciones que encontraras cuando juegues. Haz de las instalaciones de práctica un campo de golf y mide tu nivel de destreza.

El Juego Corto

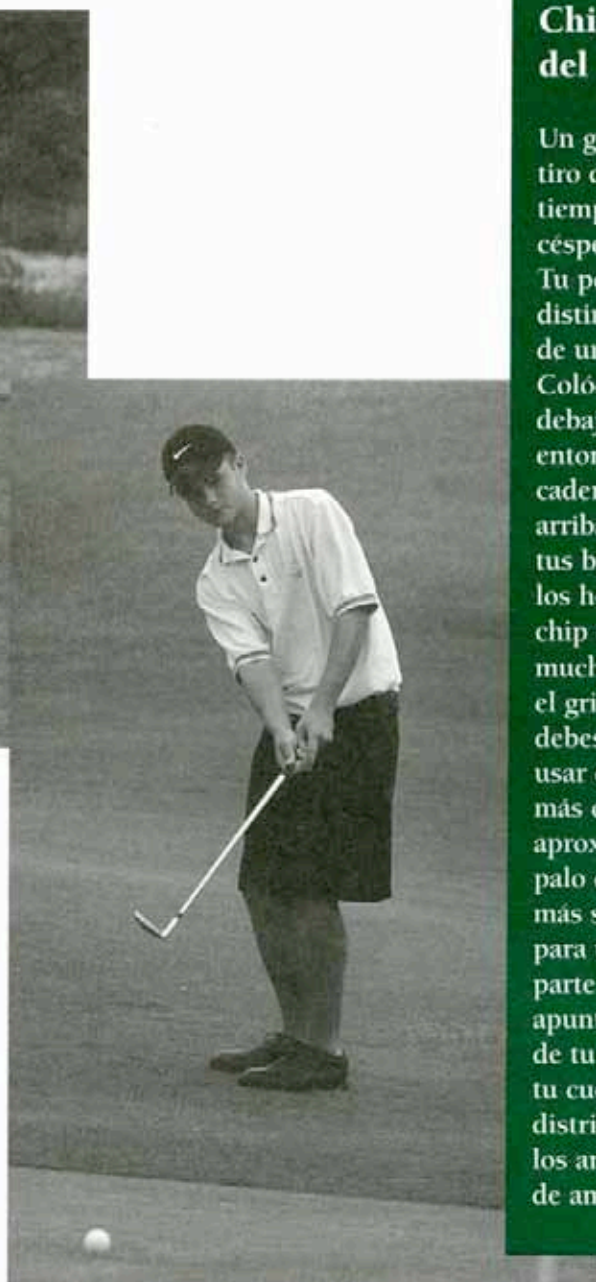


El Putt

El Putt es una destreza especial utilizada en el green para meter la bola en el hoyo. Se hace con un putter, que es un palo especial que tiene muy poca inclinación, utilizando un swing corto. Hay dos cosas importantes que recordar referente al putt. La distancia del putt es controlada por el swing hacia atrás y hacia abajo del palo. La dirección del putt es controlada por la dirección en que apunta la cara del palo al momento de impacto. Tu grip debe de proveer control y exactitud. Distinto del grip para el swing completo, como agarres el putter depende de ti. Lo que te sea cómodo y permita que tus dos manos trabajen como una unidad es el mejor grip para ti.

El Golpe de Chip Alrededor del Green

Un golpe de chip es un tiro corto que está más tiempo rodando por el césped que en el aire. Tu posición inicial es distinta que el stance de un swing completo. Colócate con los tobillos debajo de los hombros, entonces empuja las caderas hacia atrás y arriba y permite que tus brazos caigan de los hombros. Como el chip es parecido al putt, muchos jugadores usan el grip del putt. Tu debes experimentar y usar el grip que te sea más cómodo. Cuando te aproximes a la bola, el palo debe de descansar más sobre la suela que para un tiro largo. La parte del grip debe de apuntar hacia el medio de tu cuerpo y hacia tu cuello. Debes de distribuir tu peso entre los antepiés y los talones de ambos pies.





Juego Desde el Bunker

El tiro desde el bunker es un swing en que el objetivo es el de pegarle a la arena debajo de la bola y que la bola vuele con la arena. Imaginarse un pedazo de arena del tamaño de un billete de dólar funciona para la mayoría de los golfistas.

Para comenzar, haga el ejercicio de puntería y colocación. Después que tengas la línea del objetivo y del objetivo intermedio fijas, coloca tus manos en el grip.

El Pitch

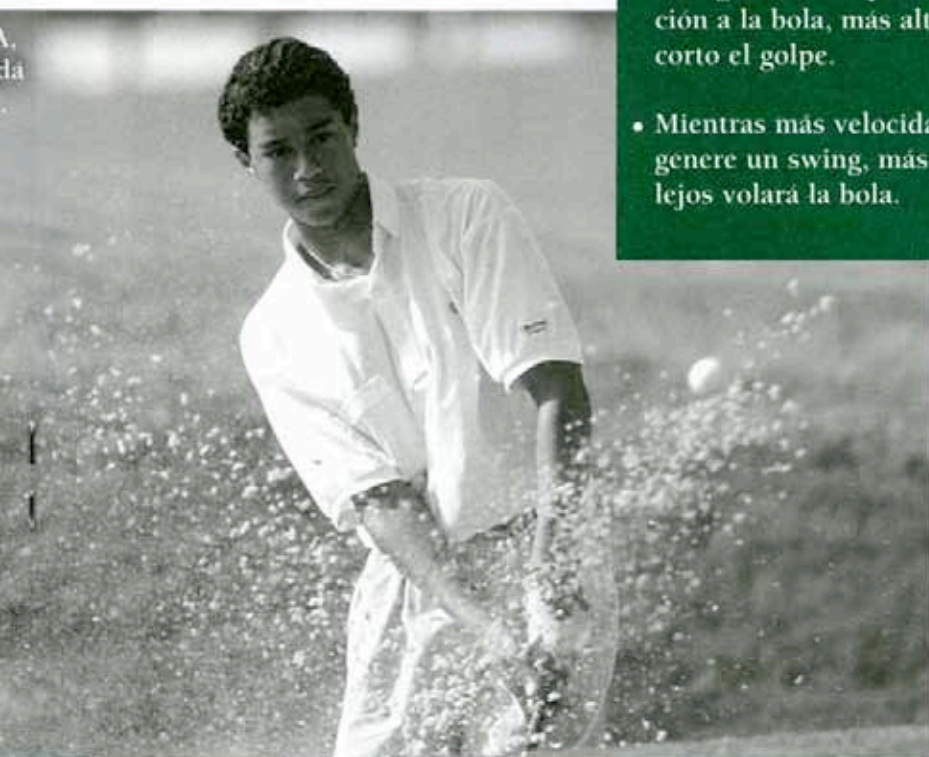
El pitch es un tiro que está más tiempo en el aire que en el césped. El tiro de pitch encierra el uso de un palo más angulado para lanzar la bola al aire, y un swing más largo. Usa tu grip de swing completo con un agarre de poca presión. Estarás utilizando tus muñecas como bisagra en este tiro y un stance poco más abierto. Dependiendo de la posición de la bola, la juegas hacia atrás del stance, o si mejora la posición, hacia el medio del stance, para poder usar toda la inclinación del palo.

En el torneo Junior de 1990 de la PGA, Tiger Woods con 15 años de edad, le da a la pelota desde una trampa de arena.



Hay tres factores que controlan la altura y la distancia de tus golpes.

- Mientras más inclinación le prestes a la cabeza del palo moviendo la varilla hacia atrás en el momento de aproximación a la bola, más alto y más corto es su vuelo.
- Mientras más empinado el ángulo de tu aproximación a la bola, más alto y corto el golpe.
- Mientras más velocidad genere un swing, más lejos volará la bola.



Como Comportarse en el Campo



El código de etiqueta de golf se desarrollo originalmente en Escosia. Este código es una serie de sugerencias que no tiene nada que ver con las Reglas de Golf, sino define ciertas normas que hacen el juego de golf más placentero para todos.

Consideración a los demás jugadores

- Siempre juega sin demorarte.
- La Seguridad Primero- Antes de dar un golpe, debes estar seguro de que no hay nadie parado muy cerca de ti.
- No juegues hasta que los que están delante están fuera de alcance.
- Deja paso a otros jugadores que vienen detrás mientras buscas una bola perdida.



Comportamiento durante el juego

- No hables, ni te muevas ni te coloques directamente detrás de alguien que esté jugando.
- El jugador que tiene el honor, o la mejor puntuación en el último hoyo siempre juega primero.

Cuida el Campo

- Ten cuidado cuando quites y pongas la bandera de no hacerle daño al green.
- Evita dañar el campo cuando tomes swings de práctica.
- Repara las marcas de las bolas.
- Siempre se rastrilla antes de dejar un bunker.
- Coloca los divots en sus sitios o llénalas con arena.



El Cuidado del Campo

Ya que has decidido jugar golf, es importante que entiendas algunas cosas sobre donde estas jugando. Cuando se construye un campo de golf, varios lugares se crean para que vivan y jueguen animales en los bosques alrededor, así como a través del mismo campo. Dependiendo la zona del país en donde tu estás, una amplia variedad de animales vive en los campos donde tu juegas.

Un campo de golf es un pequeño mundo. No solamente provee un ambiente para animales silvestres, sino también la hierba, los árboles, arbustos y las flores atraen insectos que pueden resultar nocivos. Todo lo que vive se debe respetar, pero algunos insectos nocivos se comen y destruyen los árboles, las flores y la hierba. Está bien convivir con algunos de estos, pero cuando muchos de ellos empiezan a destruir el campo es necesario controlarlos. Su campo de golf emplea profesionales que están preparados para vigilar los insectos y animales nocivos y controlarlos de forma segura.

Busca los campos con la designación Audubon y disfruta los beneficios de la naturaleza mientras juegas.



Filosofía de la Reglas

- Juega el campo como lo encuentras
- Mantener la marcha del juego
- Juega la bola como caiga
- Juega justamente

El Golf se juega por reglas basadas en juego limpio. Al comienzo había solamente 13 Reglas de Golf. Debes de tener una copia de las Reglas en tu bolsa. Cuando tengas alguna duda, consulte con su Profesional PGA.



Algunas Reglas Comunes:

- **Si no le pegas a la bola**
Tienes que contar un golpe cada vez que hagas un swing con la intención de mover la bola, aunque no le pegues. Los swings de práctica no se cuentan como golpes.
- **Bola Fuera de Límites o Perdida**
Si pierdes la bola o sale fuera de límites, tienes que añadir un golpe de penalización y volver a jugar la bola. Pierdes un golpe y distancia. Cuando dudes a donde está tu bola, juega otra bola, llamada bola provisional, para ahorrar tiempo.
- **Dejar caer una bola**
Cuando tengas que dejar caer una bola, párate derecho con el brazo extendido al nivel del hombro y suéltala.





- **Obstáculos de Agua**

Hay dos tipos de obstáculos de agua: regulares y laterales. El obstáculo regular está situado usualmente para que puedas dejar caer la bola solamente detrás de donde la misma entró en el agua en línea con el hoyo o volver a jugar el golpe. Un obstáculo lateral también permite dejar caer la bola a la distancia de lo largo de dos palos de donde la bola entró en el agua o ir al otro lado a una distancia igual para alcanzar tal vez un mejor ángulo al hoyo.

- **Condiciones Anormales**

Cuando la bola cae en una zona que tiene condiciones que no están normalmente presentes en el campo, como agua casual, terreno bajo reparación y madrigueras de animales, puedes dejar caer la bola lejos de estas áreas sin penalidad.

- **El Green**

Cuando estás en el green, debes de marcar tu bola poniendo detrás de ella una moneda o un marcador. También, quita la bandera antes de hacer el putt o deja que alguien te haga ese favor. Cuando estés atendiendo la bandera tienes que quitarla para que la bola no le pegue.

Competencia

Uno de los aspectos más importantes es que hay distintas formas de competir.

Como jugador individual retas al campo. ¿Puedes jugar al par? ¿Puedes jugar bajo par? Puedes jugar con mejor puntuación que la última vez que jugaste?

Puedes jugar con un amigo en stroke play o match play. En stroke play, la puntuación del hoyo es la cantidad de golpes que tomaste para jugar el hoyo. La puntuación del recorrido es el total de los golpes tomados en cada hoyo. Puedes jugar con un grupo de amigos en una competición o en un torneo. Puedes jugar como parte de un equipo.

En match play, compites contra otro jugador o equipo y la puntuación se basa en el número de hoyos que ganas. Cada vez que ganas se cuenta como un hoyo. Si varios jugadores tienen la misma puntuación en un hoyo, el hoyo se comparte a mitad.

Mientras más juegues te darás cuenta de que existen muchas clases de competencias que puedes llevar a cabo con tus compañeros de juego.

Casi todas las instalaciones de golf organizan una serie de torneos cada año. Los torneos están diseñados para proveerles a sus miembros o clientes la oportunidad de competir en torneos de agrupaciones distintas como personas de la tercera edad, mujeres, jóvenes o hasta personas que tienen un handicap bajo. Muchas instalaciones de golf trabajan activamente con jóvenes y se unen para patrocinar eventos juveniles locales, regionales y hasta nacionales.

El PGA de America dispone de 41 oficinas regionales que organizan torneos para sus miembros y para jóvenes. Uno de estos eventos es el campeonato de jóvenes regional que califica a los ganadores para competir en el Campeonato Juvenil Nacional de PGA. El PGA también lleva a cabo la Serie Juvenil PGA, varios campeonatos juveniles que toman lugar durante el verano a través del país de costa a costa.

Hay varias organizaciones que planifican eventos juveniles a través de los Estados Unidos. El PGA de America con nuestras 41 Secciones, organiza y lleva a cabo más eventos juveniles cada año que cualquier otra asociación mundial de jóvenes.

El Role del Profesional de PGA

Desde su fundación en el 1916, El PGA de America ha mantenido su role como la autoridad nacional por eminencia en la instrucción de golf. Los Profesionales PGA de hoy tienen experiencia en todos los aspectos de golf y han desarrollado sus destrezas de comunicación, su familiaridad con los fundamentos del swing y de cómo aprenden las personas para poder ayudarte a conocer el juego.

Los Profesionales PGA se esmeran en que todos los que juegan golf en su instalación la pase bien, no obstante su nivel de destreza. El role del Profesional PGA es asegurar que tu disfrutes del juego de golf.

Información de Golf Juvenil

The PGA of America

100 Avenue of the Champions
PO Box 109601
Palm Beach Gardens, FL 33410
561-624-8400
www.PGA.com

United States Golf Association

PO Box 708
Far Hills, NJ 07931
908-234-2300
www.juniorlinks.com

The First Tee

World Golf Foundation
13000 Sawgrass Village
Professional Center
Building 1, Suite 5
Ponte Vedra, FL 32082
904-940-4123
www.thefirsttee.org

PGA Publications

A Summary of the Rules of Golf
Illustrated

Para información sobre una carrera como Profesional PGA o una carrera en golf visita al www.PGA.com

Desarrollo Personal

The First Tee, el programa del World Golf Foundation para desarrollar campos de golf para jugadores juveniles y para presentarles el juego a más jóvenes, ha establecido nueve valores centrales que representan los aspectos positivos del golf.

Estos son:

- Honestidad
- Integridad
- Espíritu deportivo
- Respeto
- Confianza
- Responsabilidad
- Perseverancia
- Cortesía
- Juicio

Las personas que juegan golf, no obstante su edad, consideran que el juego mejora su desarrollo personal. El juego requiere disciplina si pretendes mejorar. La disciplina para practicar y el darse cuenta de la importancia de la misma para mejorar es una lección importante que se aprende en el campo. La interacción social que se desempeña en el campo entre distintas agrupaciones de personas también te ayuda a comprender cual importante es esa disciplina y como puede contribuir a fortalecer relaciones personales. También te das cuenta que el buen estado físico y mental es un aspecto muy importante del juego. La actividad física puede parecer no muy exigente, pero el swing de un palo de golf a través de una recorrida sí requiere fuerza en la parte superior del cuerpo. El caminar que uno hace durante una recorrida provee un beneficio aeróbico. Un buen estado físico lo puede ayudar a mejorar su juego. El enfoque que tienes que emplear en un recorrido te ayuda a desarrollar la concentración en una tarea. El tener que escoger opciones cuando preparas un golpe desarrollará la destreza de tomar decisiones.

Glosario

Address

La posición que adopta el jugador en el momento de golpear la pelota.

Approach o Golpe de Aproximación

Tiro corte jugado para mover la bola del fairway al green.

Birdie

Hoyo realizado en un golpe bajo par.

Bogey

Hoyo realizado en un golpe sobre par.

Búnker

Obstáculo lleno de arena.

Chip

Un golpe corto y bajo al green cuya trayectoria es parcialmente en el aire y parcialmente rodando.

Campo

La zona entera en donde se permite el juego- típicamente 9 o 18 hoyos.

Divot

Un trozo de hierba que se arranca cuando la cabeza del palo golpea el suelo después de impactar en la bola.

Dog-leg

Un hoyo que no sigue una línea recta del tee al green.

Double-Bogey

Un hoyo realizado en 2 golpes sobre par.

Drive

Un tiro largo realizado desde el tee de salida, usualmente hecho con un driver.

Eagle

Un hoyo realizado con dos golpes bajo par.

Etiqueta

Las cortesías que se esperan de un jugador de golf a los demás jugadores.

Bandera

Una vara con una bandera ubicada dentro de un hoyo en el green para marcar su ubicación.

Fore (¡Bola!)

Un grito de aviso para las personas que están cerca de donde un jugador va a dar el golpe a la bola, o para avisar que una bola en vuelo puede pegarle o caer muy cerca de una persona.

Hoyo

Toda la zona comprendida entre el tee y el green, también es el agujero en el suelo del green. Una recorrida de golf se juega en 18 hoyos.

Hierro

Un palo de golf con la cabeza de acero o metal que se utiliza para golpear la bola desde el tee a la calle, desde el tee al green, o desde la calle al green.

Lie

La posición de la bola en el suelo.

Match Play

Es el juego en que cada hoyo es una competencia por separado y el que gana es el jugador o el equipo que gane la mayor cantidad de hoyos.

Par

Número de los tiros asignados a cada hoyo jugado de manera experta.

Golpe de Penalización

Un golpe sumado a la puntuación de un jugador o un equipo bajo ciertas Reglas de Golf.

Golpe de Pitch

Un tiro de aproximación al green, donde la bola vuela muy alto y rueda poco.

Putt

Un golpe en el green con un palo de cara con poca inclinación para enviar la bola al hoyo.

Rough

La zona de hierba no segada a lo largo de los fairways, los greens y el campo de golf.

Stroke (Golpe)

Lo que se refiere a cada vez que uno hace el swing para pegarle a la bola.

Stroke Play

El juego en que los golpes totales de la recorrida determinan el ganador.

Salir a Jugar

(Orientación de las instalaciones)

El juego de golf encierra más que aprender a girar el palo y anotar la puntuación. El juego está basado en largas tradiciones de buenos modales, respeto al campo y respeto a los otros jugadores.

Reservaciones- Llamar a las instalaciones

- **Normas de la hora del tee-** cuantos días por anticipación, costo, normas de cancelaciones, normas de llegar sin previo aviso, normas de jugador individual, normas del uso del carro (requisito de edad, precio), normas de caminantes (requisitos de tiempo para los que caminan)
- **Normas de los equipos-** disponibilidad de palos por alquiler, precio, reservaciones, normas de equipos para jugador individual
- **Vestuario-** requisitos para jugadores, camisas, shorts/pantalones, calzado
- **Servicios disponibles-** servicio de comidas, tienda de golf, vestuarios, caddies, instalaciones de práctica

La llegada- 40 a 45 minutos antes de la hora del tee

- Dejar la bolsa- descargar los palos y estacionar el vehículo
- Tienda de Golf- presentarse, pagar las cuotas, obtener una tarjeta de puntuación y cualquier información sobre el campo, preparar los equipos (palos, bolas, guantes, etc.)
- Encontrarse con los compañeros- ubicar el baño y el restaurant
- Preparación- rutina de estirarse, instalaciones de práctica y el green de práctica

Salida- En el primer tee

Presentarse al tee de salida 10 minutos antes de la hora fijada para revisar lo siguiente:

- Reglas del campo / marcas / información especial
- Sugerencias para seleccionar el tee o la longitud del campo tomando en cuenta su nivel de destreza
- Guías para la marcha del juego- conforme con el grupo que va adelante

Durante el Juego

- **Ranger-** el jugador que se hace responsable por la marcha del juego, siempre mantiene el espacio debido con el grupo que está adelante y ayuda a marcar la pauta para el disfrute de todos
- **En el campo-** mantener un juego continuo, reparar todos los piques en el césped del green o hechar arena en los divots, siga los caminos de los carros y los letreros, marque su tarjeta de puntuación en el próximo tee

Reglas Condicionales

- Su instructor puede haberle sugerido algunas reglas para su nivel de juego y el campo
- Disfrutar del juego es el factor más importante, especialmente cuando uno está aprendiendo
- Sea paciente y disfrute de la experiencia. La puntuación no es siempre el objetivo principal

Conclusión

- **Anote su puntuación-** siga las normas del USGA Handicap para anotaciones
- **Resuma su recorrido-** disfrute de las instalaciones con su grupo y planifique su próximo recorrido



The Professional Golfers' Association of America
100 Avenue of the Champions • Palm Beach Gardens, Florida 33418
T 561.624.8400 F 561.624.7865
www.PGAFoundation.com

Una Publicación del PGA

© 2005 The PGA of America. All rights reserved.