



*Иван Матершев*

# *Книга о гольфе*

ПАРАБЕЛЛУМ  
2010

УДК 796.352

ББК 75.570

М 34

**Рецензент:**

заведующий кафедрой физкультурно-оздоровительных технологий КГУФКСТ, кандидат медицинских наук, профессор

*Владимир Иванович Осик*

**Матершев, Иван Александрович**

М 34 Книга о гольфе / И. А. Матершев. – Краснодар: Парабеллум, 2010. – 192 с.: ил.

ISBN 978-5-904423-07-0

Книга рассказывает о гольфе, начиная с основ. Большое внимание уделено описанию мест, где можно играть в гольф, и тому, как это делать. Также довольно подробно говорится о гольф-инвентаре, даются советы по его выбору. В книге можно найти информацию по технике удара для праворукого игрока.

Книга интересна не только для людей, незнакомых с гольфом, но и для тех, кто играет не первый год.

Это первая книга, готовится к печати вторая, в которой будет подробно рассказано об игре на поле, о различных тактиках игры и многом другом. Также во второй книге вас ждёт описание гольф-клубов и гольф-организаций постсоветского пространства.

**УДК 796.352**

**ББК 75.570**

*Все права на текст защищены. Никакая часть текста не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме без письменного разрешения правообладателя.*

По вопросам, связанным с приобретением книги и изданием второго тома, обращайтесь:

ООО «БОРДФОРД» [www.club-golf.ru](http://www.club-golf.ru)

ISBN 978-5-904423-07-0

© Иван Матершев, текст, 2010

© Дмитрий Аринин, макет, 2010

## *Предисловие*

Для кого эта книга?

Да для всех, без различия возраста, пола и физической формы. Гольф доступен всем.

Эта книга предназначена для людей, любящих новое, амбициозных и предприимчивых, для тех, кто не бывает удовлетворён своим положением, каким бы отличным оно не было, и стремится к большему. Она для людей, которые поняли, что постоянные застолья – это не только уже не модно, но и просто вредно, и которым больше нравится свежий воздух, чем закрытые спортзалы.

Эта книга для новых, действительно новых граждан России. Неважно, что вы не только не держали клюшки в руках, но и видели-то её лишь на экране. Гольф вам доступен.

Автор очень хорошо помнит свои первые шаги на грине, он понимает вас и, может быть, поэтому говорит читателю: «Смелее! У вас обязательно получится!».

*Е. Шлихта*

# СОДЕРЖАНИЕ ПЕРВОЙ КНИГИ

*(вы держите её в руках)*

---

## ***Часть 1. Введение***

- глава 1.1. Гольф сегодня 10
- глава 1.2. Немного истории 12
- глава 1.3. Суть игры 14

## ***Часть 2. Где и как заниматься гольфом***

- глава 2.1. Поле для гольфа 18
- глава 2.2. Гольф-рэйндж 26
- глава 2.3. Гольф-клубы 29
- глава 2.4. Этикет 33
- глава 2.5. Правила игры 47
- глава 2.6. Ведение счёта и гандикап 57
- глава 2.7. Форматы игры 65
- глава 2.8. Обучение гольфу 71

## ***Часть 3. Гольф-инвентарь***

- глава 3.1. Мячи 84
- глава 3.2. Ключки 94
- глава 3.3. Прочие принадлежности 117

## ***Часть 4. Основы техники игры***

- глава 4.1. О технике игры 124
  - глава 4.2. Хват клюшки 127
  - глава 4.3. Адресная стойка 134
  - глава 4.4. Подготовка к удару 140
  - глава 4.5. Базовые элементы свинга 144
- Словарь гольф-терминов 164

# СОДЕРЖАНИЕ ВТОРОЙ КНИГИ

*(книга готовится к печати)*

---

## ***Часть 1. Короткая игра***

ГЛАВА 1.1 Игра на грине (паттинг)

ГЛАВА 1.2. Чиппинг

ГЛАВА 1.3. Питчинг

ГЛАВА 1.4. Игра из бункера

## ***Часть 2. Игра в клубе***

ГЛАВА 2.1 Заполнение карточки

ГЛАВА 2.2 Система гандикапов

ГЛАВА 2.3 Соревнования и турниры

## ***Часть 3. Улучшение игры***

ГЛАВА 3.1. Работа над свингом

ГЛАВА 3.2. Особые случаи ударов

ГЛАВА 3.3. Физические упражнения

ГЛАВА 3.4. Тактика игры

ГЛАВА 3.5. Некоторые советы

## ***Часть 4. Гольф***

***на постсоветском пространстве***

ГЛАВА 4.1. Организации, занимающиеся гольфом

ГЛАВА 4.2. Гольф в печати и сети Интернет

ГЛАВА 4.3. Гольф-клубы России

ГЛАВА 4.4. Гольф-клубы Украины

ГЛАВА 4.5. Гольф-клубы Прибалтики

ГЛАВА 4.6. Гольф-клубы Средней Азии

## *От автора*

Вернувшись в Россию после многолетнего отсутствия я убедился как мало у нас в стране знают о гольфе. Недавно столкнулся с проблемой кадров для нового гольф-клуба. Рассказывать каждому о гольфе долго и не очень продуктивно. Вместо этого было решено подготовить в напечатанном виде своего рода лекции. Впоследствии пришла идея издать эти лекции в виде отдельной книги.

Понятно, что я не сам придумал всё, о чем здесь написано. В этой книге довольно широко использовался опыт других и сведения из различных источников. Но ведь тот же учебник физики имеет автора, хотя он никак не причастен к открытию её законов.

Надеюсь, что написанное принесёт пользу и что очень скоро у нас появится своя обширная литература по гольфу.

ЧАСТЬ I

*Введение*

---

## ГЛАВА 1.1

### *Гольф сегодня*

---

Надеюсь, читатель извинит за тривиальность, но гольф уже давно перестал быть только спортом, это образ и стиль жизни.

Если говорить о профессионально-спортивной составляющей, то достаточно сказать, что заработки в профессиональном гольфе лидируют в сравнении с другими видами спорта.

Но важнее социальное значение гольфа: можно быть уверенным в его приоритете в «верхних слоях» общества над другими видами спорта. Хотя бы по такой простой и очень реальной причине: лошадь или яхта не всем доступны по физическим возможностям, чего не скажешь о гольфе. Ведь здесь главное не физическая подготовка, а стиль.

Рост популярности гольфа во всём мире намного опережает какие-либо другие виды спорта. Так, в Азии просто взрыв увлечения гольфом. Должна ли Россия остаться в стороне? Скептики говорят, что для гольфа в России еще не стало время. И ошибаются.

*Гольф в Россию уже пришёл. Поздравляем!*

Первые шаги гольфа в России были довольно не приметными. Но в последнее десятилетие, в связи с изменением экономической ситуации в стране, гольф, оставаясь элитным спортом, стал распространяться и за пределами Московской области.

Тем не менее, часто можно слышать, что гольф чужд России. Позвольте напомнить, каким было отношение к теннису в 70-х годах. Теннис – это что-то барское и неинтересное. И каковы сейчас успехи россиян в теннисе? Комментарии, как говорится, излишни.

Конечно, надо признать, что один из основных факторов, сдерживающих развитие гольфа в России, – климат. Как ни странно, на сегодняшний день на юге страны нет ни одного действующего гольф-поля. Вот и играют российские гольфисты с ноября по апрель на Средиземноморье. Хочется надеяться, что это ненадолго: Россия будет иметь свои круглогодичные поля для гольфа, а российские мастера займут первые строчки мировых рейтингов.

Осенью 2009 года было принято решение о включении гольфа в Олимпийские игры с 2016 года. Этот шаг, безусловно, придаст новый импульс распространению этой красивой и полезной игры.

*Гольф – это не только спорт, это уникальное сочетание элитного стиля жизни и серьёзного бизнеса.*

New York Times.

## ГЛАВА 1.2

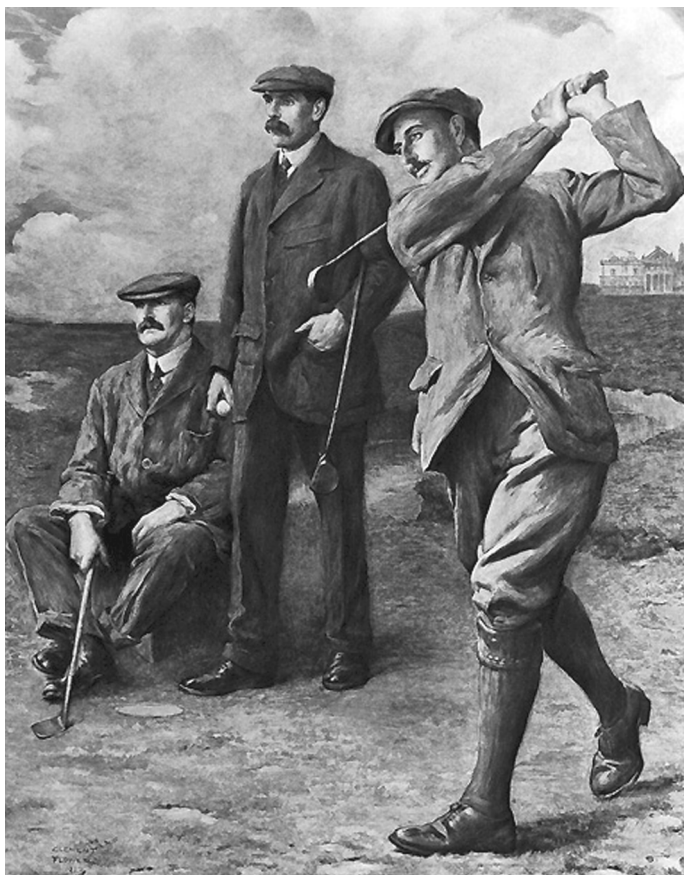
### *Немного истории*

---

Где и когда люди начали играть в гольф, никто реально не знает. Шотландцы утверждают, что пальма первенства принадлежит им. Какая, в сущности, разница? Наверняка известно одно: это было очень давно. С тех пор гольф претерпел существенные изменения, особенно за последние сто лет. Так что сравнивать появившуюся в таком-то году от Рождества Христова игру с той, которую мы сегодня называем гольфом, не имеет особого смысла.

Впрочем, если исходить из того, что первый достоверно известный гонитель гольфа – шотландец, то вполне вероятно, что родина гольфа – действительно Шотландия. В 1457 году шотландский король Джеймс II издал указ о том, что игры в «футеболл» и «гоуф» запрещаются с тем, чтобы мужчины больше практиковались в стрельбе из лука. Впрочем, довольно скоро очередной Джеймс на шотландском троне сам взялся за клюшку.

И если споры о том, кто изобрёл гольф, ещё ведутся, то с гольф-клубами всё понятно: их придумали шотландцы. Родиной организованного гольфа считается «Лейс», где в 1744 году сэр Вильям Сент Клер основал клуб под названием «Уважаемая Компания Джентльменов Гольферов», впоследствии ставший «Компанией Эдинбургских Гольферов». А через десять лет под своим оригинальным названием «Общество Гольферов Св. Андрея» был основан Королевский и Старинный Гольф-клуб.



В последнее столетие пальма первенства перешла от Великобритании к Северной Америке. Велика роль Гольф-Ассоциации Соединенных Штатов (известной также как Ассоциация Профессиональных Гольфистов США, или USGA) в разработке правил и в развитии игры в целом. Однако правила гольфа для всего мира по-прежнему издаются в Шотландии.

## ГЛАВА 1.3

### *Суть игры*

---

Так что такое вообще гольф? Это когда шарик диаметром 4,5 см ставят на другой шарик, диаметром 15 тыс. км и ваша задача – ударить клюшкой по маленькому, а не по большому мячу

Гольф – это довольно простая игра, даже, можно сказать, очень простая. Берёте клюшку и загоняете мячик в *лунку*, кто сделал это за меньшее количество ударов, тот и выиграл. Просто? Конечно! Но это только основа. Игра всё-таки несколько сложнее.

Есть набор клюшек и мячик. Ваша задача – прогнать мячик клюшкой через серию *лунок*, расположенных среди большого поля, покрытого в основном травой различной высоты. Прогоняя мячик по полю, надо забить его последовательно в каждую из *лунок*. Обычно их 9 или 18. Количество ударов должно быть минимальным. Забив мяч во все *лунки*, вы складываете свои очки, равные количеству ударов, сделанных на каждой *лунке*. Это и есть ваш общий счёт. Чем он меньше, тем ваша игра лучше. Вот, вроде, и всё.

Игра заключается в неторопливом путешествии от *лунки* к *лунке*. В процессе игры гольфист создаёт стратегию, как забить мячик в *лунки* минимальным количеством ударов. Множество различных факторов, внешних и внутренних, делают это предприятие очень интересным.

Во-первых, поля поля для гольфа отнюдь не похожи на футбольные: здесь есть и деревья, и ручьи, и специальные ловушки. И нет в мире двух полей не то чтобы идентичных, а даже просто похожих.

Во-вторых, *луки* располагаются неодинаково, и каждую надо играть по-разному.

В-третьих, у игрока не одна клюшка, а несколько, и какую выбрать для очередного удара, приходится решать в каждой новой ситуации. Выбор клюшек начинается ещё перед игрой. Он зависит от конкретного поля и конкретного дня.

Гольф – игра величайшего разнообразия ситуаций и положений. Любая из этих ситуаций поистине уникальна, она никогда не повторяется. И каждый раз игроку надо принять решение, как действовать дальше. Гольфисту не надо топиться, гольф – это игра не столько мускулов и техники, сколько самообладания и тактических решений. В большинстве игровых видов спорта игрок должен мгновенно реагировать на мяч. Гольф не таков. Здесь игрок тщательно обдумывает свои действия.

Можно получать наслаждение от игры в гольф на разных уровнях. Более того, только в гольфе, благодаря специальной системе *гандикапов*, вы, будучи новичком, сможете играть на равных с игроком высокого класса. И не только играть, но и выиграть.

Нельзя не сказать ещё об одной особенности гольфа – о правилах игры и их выполнении, а также о присуждении очков во время игры. Система построена так, что игрок сам является главным и беспристрастным судьёй своей игры.

И ещё, если вы похожи на большинство людей, то играете в гольф не ради каких-то высоких достижений, а просто для того, чтобы отдохнуть от суеты города на лоне чудесной природы, неспешно побеседовать с приятелями и ощутить приятную усталость в конце дня. Бокал хорошего вина в дружеской компании – это тоже гольф.