

# OBSAH

Předmluva k českému vydání .....	5
Jedna z největších her .....	6
Úvod .....	8
Historie hry .....	10
Golfoví velikáni .....	14
Historie golfových holí .....	26
Golfové míčky kdysi a nyní .....	28
Golfové hole .....	30
Konstrukce holí .....	32
Hole vám musí „sedět“ .....	34
Patry .....	36
Oblečení golfisty .....	38
Výbava golfisty .....	42
Dynamika míče a hole .....	46
Držení hole .....	48
Postoj .....	50
Jednoduchý švih .....	52
Zaměřování dlouhých ran .....	54
Nápřah .....	56
Prošvihnutí .....	58
Další rady ke švihu .....	60
Krátká železa .....	62
Střední a dlouhá železa .....	64
Fervejová dřeva .....	66
Drajvování .....	68
Další rady k drajvování .....	70
Strategie drajvování .....	72
Krátké paty: postoj a držení hole .....	74
Zaměřování krátkých patů .....	76
Krátký patovací úder .....	78
Krátké a střední paty .....	80
Dlouhé paty .....	82
Čtení greenu .....	84
Čtení greenu u krátkého patu .....	86
Trénink krátkých patů .....	88
Trénink dlouhých patů .....	90
Čipování .....	92
Dlouhé loby .....	96
Krátké loby .....	98
Říznutý úder .....	100
Rány z bankru .....	102
Plácnutý úder .....	104
Směr v bankru .....	106
Výbušný úder .....	108
Vzdálenost z bankru .....	110

Pod okrajem bankru .....	112
Rány dolů ze svahu .....	114
Rány proti svahu .....	116
Rány na skloněném terénu .....	118
Jak si poradit s náspy .....	120
Krátký razantní úder .....	122
Hra z rafu .....	124
Špatné polohy .....	126
Odborné drajvování .....	128
Riskování a strategie .....	130
Ještě o strategii .....	132
3-parové jamky .....	134
Umění záchrany .....	138
Víte a děšť .....	138
Hra ve větru .....	140
Odhadování vzdálenosti .....	142
Míření .....	144
Delikátní rány .....	146
Pozitivní myšlení .....	148
Význam pravidelné rutiny .....	150
Lekce a cvičení .....	152
Trénink dlouhé hry .....	154
Trénink krátké hry .....	156
Ovládání míčku .....	158
Vyléčení šlajsu .....	160
Začátečnickovy špatné rány .....	162
Zatlačená rána a huk .....	164
Prodloužení ran .....	166
Golf na jistotu .....	168
Čtení hřiště .....	172
Cviky .....	176
Sledování vlastního zlepšování .....	184
Sledování hry profesionálů .....	186
Mistři projektanti .....	188
Klasická hřiště .....	190
Hra na rány .....	202
Jamková hra .....	204
Skorkarty a hendikepy .....	206
Typy soutěží .....	208
Etiketa .....	210
Několik bodů z pravidel .....	212
Golfová terminologie .....	214
Anglicko – český slovníček golfových výrazů .....	218