

# LEIKSKIPULAG

## Höfundar:

*Ívar Hauksson PGA Iceland*

*Sigurpáll Geir Sveinsson PGA Iceland*

# BETRA GOLF MED BÆTTU LEIKSKIPULAGI



# FORMÁLI

## “ÞAÐ SEM ÞARF AÐ HAFA Í HUGA”

- Það er ýmislegt sem þarf að hafa í huga þegar við leikum eina golfholu og að mörgu þarf að hyggja varðandi leikinn.
- Flestir golfspilarar hugsa einungis um eitt og það er eftirfarandi: Er þetta þar 3? Ef ekki þá tek ég dræverinn og slæ eins langt og ég mögulega get. Þess háttar hugsun verður þér þrándur í götu ef þú ætlar að verða eitthvað meira en miðlungs áhugamaður í golfi.

- Æskilegur hugsanaferill áður en holan er leikin á að byrja á teig og halda áfram þar til holu lýkur.
- Spurningar sem þú ættir að hafa í huga þegar á leik stendur eru til dæmis:
  - Hversu löng er holan?
  - Þarf ég á dræver að halda?
  - Eru einhverjar hættur sem mér ber að varast svo sem:
    - Er lendingarsvæðið mjög krefjandi?
    - Er torfæra eða "out of bounds" í leik?
    - Kem ég til með slá boltann lengra en brautin nær ef brautin er í "dog leg" til dæmis?

Með hvaða kylfu vil ég slá með inn á flötina?

Við erum ekki að draga úr því að nota dræverinn og slá langt með honum, það er hið besta mál, en hins vegar þarf ekki að vera að langt upphafshögg sé endilega það sem hentar við allar aðstæður og heldur ekki að það henti fyrir næsta högg við vissar aðstæður.

Prófið að spila einn golfhring og hafið eingöngu í huga þegar um höggið inn á flöt er að ræða að slá inn á miðja flöt og sjáið hvað flöturinn er í

raun og veru stór sem þið þurfið að leika boltanum inná og einnig gefið þið ykkur möguleika á að gera smá mistök varðandi höggstefnu því að ef boltinn fer aðeins til hægri eða vinstri þá er boltinn alltaf á flötinni en ef til dæmis flaggstöngin er hægra megin á flötinni og miðað er á hana og smá mistök í miði eiga sér stað þá er boltinn í flestum tilfellum útaf flötinni og jafnvel í glompu.

Víkkið sjóndeildarhringinn í innáhöggunum.

- Flest allir kylfingar hafa sína uppáhaldsvegalengd eða kylfu varðandi höggið inn á flötina þannig að leikmenn ættu að finna út áður en slegið er, hvað er langt í þá vegalengd sem er uppáhaldsvegalengdin og ef í upphafshöggi þarf að nota 4-5 járn til að koma sér í sína uppáhaldsvegalengd ekki þá taka aðra kylfu til að sjá hversu langt þú getur slegið.
- Alltaf þegar hola er leikin skal byrja með kylfu sem leikmaður hefur mest traust á og í flestum tilfellum er það ekki dræverinn.

- En í mörgum tilfellum er þó ekki um annað að ræða en að taka dræverinn.
- Það sem við erum að reyna að koma til skila er að það geta verið fleiri en ein leið til að leika golfholu sem gæti í mörgum tilfellum hentað betur.
- Í mörgum af PGA keppnunum sjáum við atvinnumenn spila með járnum megnið að vellinum og er það í mörgum tilfellum vegna þess að til dæmis er um þröngt lendingarsvæði



að ræða á brautinni, krappar beygjur á "dog leg brautum" eða þá að menn eru að leika boltanum inn í sína upptaliðs vegalengd.

Eins og þú sérð þá er að mörgum hlutum að hyggja þegar leikin ein golfhola.

Það sem er upptalið í þessum formála er gott að hafa sem veganesti þegar út á völinn er komið.

Gangi ykkur vel.

# Ívar Hauksson

Fæddur: 30.04 1965

Hefur spilað golf frá 1969.

Íslandsmeistari unglunga

Reykjavíkurmeistari

Stigameistari Íslands

Klúbbameistari 10 sinnum

Murcia meistari á Spáni

Vann atvinnumannamót í Essex á Englandi

Unnið sem golfkennari síðan 1997

# Sigurpáll Geir Sveinsson

Fæddur: 12.06.1975

Hefur spilað golf frá 1989

Íslandsmeistari 1994, 1998, 2002

Stigameistari Íslands 2 sinnum

Klúbbameistari 11 sinnum

Sigraði á úrtökumóti Telia túrsins 2006

Unnið sem golfkennari síðan 2003

# LEIKSKIPULAG

HVAÐ ER LEIKSKIPULAG?

# LEIKSKIPULAG SKIPTIST Í TVO ÞÆTTI

- Hvernig þú skipuleggur leik þinn á golfvellinum.
- Hvernig þú nærð mestu út úr leik þínum við hvaða aðstæður sem er til að geta náð sem lágstu skori mögulegu í hvert skipti.

# LEIKSKIPULAG

- Hvaða upplýsingar þarftu til að geta búið til gott leikskipulag?

# LEIKSKIPULAG

- Metrabók (stroke saver).
- Vita vegalengd með kylfunum.
- Rauð svæði – Gul svæði – Græn svæði.
- Áhætta – ávinningur.
- Styrkleiki – veikleiki.
- Ráðandi boltaflug.
- Hvar þarf að vinna með boltaflug.

# METRABÓKIN ÞARF AÐ INNIHALDA

- Torfærur.
- Dýpt, halli og hvert grasið grær á flötum.
- Brautir, legur á brautum.
- Lendingarsvæði frá teigum.
- Hvar á að leggja upp.
- Allar metramælingar.



# Metramælingar

- Vita vegalengdir með öllum kylfum.
- Enginn vindur, meðvindur, á móti vindi, hliðarvindur.
- Misjafnt hitastig, breitt vegalengd.
- Rakastig, breitt vegalengd.
- Hæðamismunur, breitt vegalengd.

# Rauð – Gul – Græn svæði

- Rauð svæði – Mikil áhætta, forðast þau svæði.
- Gul svæði – Miðlungs áhætta, ákvörðun tekin með hliðsjón af afleiðingum.
- Græn svæði – Láttu það vaða, 7 – LW.

# Áhætta - ávinningur

- Reiknaðu út hvað það er sem þú græðir/tapar við allar gefnar forsendur.
- Forðast högg þar sem þú ert minna en 75% viss um að þú þér takist að framkvæma höggið.

# Styrkur - veikleiki

- Vita hvar liggur styrkur þinn á vellinum?
- Hvernig þú getur gert leik þinn um völinn þar sem þú spilar þannig að það henti styrkleika þínum í spilu.
- Ekki reyna að framkvæma högg þar sem mikil áhætta er í spilu sem býður upp á slæmar afleiðingar ef höggið mistekst.

# Ráðandi boltaflug / flugferill

- Hvað er ráðandi boltaflug hjá þér.
- Spilaðu með því.
- Hver er ráðandi flugferill.
- Hafðu þetta í huga þegar þú tekur ákvörðun um skotmark og hvaða kylfu þú tekur.

Við óskum ykkur góðs gengis,

Ívar Hauksson PGA Iceland.

Sigurpáll Geir Sveinsson PGA Iceland.

# Heimildaskrá:

- Víkurfrettir (þyrlumyndir).
- Magnus Anderson
- Eigendur grafískra mynda?