




GOLFLEHTI



**KANSALLINEN
GOLFVIIKKO**



3.–9.6.

Ole rohkea ja kokeile golfia.

Kansallisen golfviikon aikana pääset helposti tutustumaan lajiin omassa lähiseurassasi.

Tule yksin, kaverin kanssa tai isommalla porukalla ja ota pienestä pallosta iso ilo irti.

**Katso takasivulta lähialueesi tapahtumia
Kansallisen Golfviikon aikana**



GOLFARIT ELÄVÄT PIDEMPÄÄN.

Ruotsin Karoliinisen instituutin tutkimuksissa todettiin golfareiden kuolleisuuden olevan 40% muuta väestöä alhaisempi, minkä laskettiin vastaavan viiden vuoden pidennystä eliniässä. Golf on monipuolinen liikuntamuoto, joka pitkäkestoisena polttaa tehokkaasti rasvaa ja pitää yllä lihaskuntoa. Esimerkiksi selän lihasten kunnon on todettu aktiiviharrastajalla parantuvan kauden aikana. UKK-instituutin tutkimusten perusteella golfari kuluttaa kierroksella keskimäärin 1200–1700 kilokaloria. Lisäksi pelitilanteet tarjoavat oivallista aivojumbppaa.



TOTTA & TARUA GOLFISTA

Golf on intohimoinen harrastus, johon liittyy monia myyttejä. Ihan kaikki ei kuitenkaan ole totta, mitä lajista kuulee.

GOLF VIE KAIKEN AJAN?

Puolikkaan kierroksen pelaaminen tai harjoittelualueella lyöminen ei vie sen enempää aikaa kuin vaikka leffassa käynti. Lajista voi ihan hyvin nauttia, vaikka siihen ei uhraisi kaikkea vapaa-aikaansa.

GOLF ON KALLIS JA ELITISTINEN HARRASTUS?

Golfin pariin pääsee maltillisilla kustannuksilla. Laina- ja vuokramailoilla pääsee alkuun ja käytettyjä välineitä kaupataan runsaasti. Pelaamaan pääsee maksamalla kierroksesta kertamaksun. Erilaisia kenttiä ja pelaajia on niin paljon, että jokainen löytää oman paikkansa ja mieluisimmat pelikaverit.

PITÄÄ OLLA HYVÄ PELAAJA, ENNEN KUIN USKALTA MENNÄ KENTÄLLE?

Ehdottomasti tarua. Kun turvallisuusasiat ja peruslöynnit ovat hallussa, jokaisella on oikeus lähteä pitämään hauskaa kentälle.

KUN TULET ENSIMMÄISTÄ KERTAA GOLFKENTÄLLE...

Golfin pariin on helppo tulla. Jos tulet autolla, laita auto parkkiin ja suuntaa opasteita seuraten caddiemasterin juttusille. Caddiemaster on golfkentän asiakaspalvelija, joka auttaa ja neuvoo, joten voit huoletta kertoa olevasi kentällä ensimmäistä kertaa ja kysyä miten pääset alkuun. Caddiemaster opastaa mistä voit vuokrata mailat, miten saat harjoituspalloja ja missä pääset lyömään.

Jokaisella golfkentällä on tarjolla myös peli- ja lyöntiopetusta. Yksi hyvä tapa on varata paikka alkeisopetusryhmään, mutta jos haluat ensin testata ohjatusti onko laji sinua varten, voit pyytää apua kentän opetuksesta vastaavalta proilta. Caddiemasterilta voit kysyä sattuuko pro olemaan paikalla ja vapaana. Suosittelavaa on kuitenkin varata aika etukäteen tai paikan päältä caddiemasterilta. Kenttien yhteystiedot löytyvät www.golf.fi



Tutustu aloittelijan polkuun osoitteessa golf.fi/aloitagolf

Älä turhaan jännitä, millaiset kengät pitää olla tai kannatko bägiä oikein päin. Golfiin pääsee parhaiten kiinni, kun ei turhaan purista mailaa. Muista että jokainen kentällä on joskus lyönyt ensimmäisen lyöntinsä.

KANSALLINEN GOLFVIIKKO KANKAISISSA 3.-9.6.2013.

Tervetuloa tutustumaan lajiin, johon ihastut, vihas-
tut ja lopulta rakastut. Golfissa kilpailet vain itseäsi
vastaan ja testaat rajojasi. Saat tietoa välineistä ja
varusteista sekä siitä mitä iloinen golfyhteisömme
Maskussa tarjoaa. Mailat ja pallot veloitusetta.

Open Golf Week Masku 3-9.6. klo 11-15.
Opastusta ja ohjausta päivittäin.

Tervetuloa

Kankaisten Golfpuisto
Maskuntie 281
21250 MASKU
puh. 02- 4312 787

www.kgm.fi