

はじめての GOLF

より楽しくプレーするために、ルール&マナーからスイングの基本そしてクラブの知識まで。
ゴルフをはじめるあなたにアドバイス。



よく使うゴルフ用語は、ラウンドの前にチェック。

コースでよく使うコトバを覚えておくことも、マナーのひとつです。

アンプレヤブル

球がウォーターハザードにあるときを除き、自打球と確認できるが打てない状態の場合(植え込みの根っこや、木の枝に挟まったとき等)、唯一プレーヤーが決定権を持つ救済処置です。一打の罰を課して、決められた方法で処置することができます。

オーナー

ティーインググラウンドから最初にプレーする権利を与えられていることを、「オーナーを得た」と言います。前ホールのスコアが最も少ない人がオーナーを得る権利があります。(オーナーではありません)

O.B(アウトオブバウンズ)

プレーが禁止されている、場外区域。O.Bの境界線は、白杭と白杭のインバウンズ側の2点を結んだ線で決めます。ボール全体がO.B区域にあるときはO.B。インバウンズ側のボールを打つためにO.B側に立つことは許されています。

カジュアルウォーター

コース上にできた一時的な水たまりで、救済処置を受けられません。雪と氷は、希望によりカジュアルウォーターとして扱うことができますが、霜はカジュアルウォーターではありません。

キャディー

プレー中、クラブを運んだり、プレーヤーを援助できる人。共用のキャディーは、常に共用しているプレーヤーのキャディーとみなされます。ただし、そのキャディーが他のプレーヤーの指示で行動していたときは、そのプレーヤーのキャディーとみなします。

クリーク

コース内にある小さな川。ウォーターハザードになっていることが多く、ボールが入った場合はクラブをソールせずにそのまま打つことができます。※ただし一般的にはペナルティーを払って、決められた処置をすることが多くなります。

暫定球

打ったボールがアウトオブバウンズなどの場外区域付近に行ったときや、紛失球のおそれがある場合、暫定的に打ち直しをしておくボールのことを「暫定球」という。この場合「暫定球！」と

コース内のあらゆる場所で、 ゴルファーの味方になる精鋭14本。

ルールでは、「ラウンド中のクラブは14本以内」と定められている。

必要なクラブはセットで揃えるのが上達への近道です。



ドライバー



アイアン



マンツ、型



L型



マレット型



フェアウェイウッド



ユーティリティ

ボール



予備ボールやティーはホルダーが便利。ボールは、手頃なものを数多く持っていこう。

ヘッドカバー

大切なクラブのヘッド部を守るカバー。ウッド、アイアン、パターそれぞれ専用があります。特にウッドは塗装仕上げのため常にヘッドカバーを付けることをおすすめします。



キャディーバッグ

キャディーバッグは、フルセットが無理なく入るサイズのものを選び、必ずネームプレートを付けましょう。※一般には口径8型~10型くらいのもがあり、アマチュアは9型以内で十分。競技用サイズはさけること。



ゴルフは、大自然と遊ぶスポーツ。 あなたを守ってくれるアイテムを選ぼう。

キャディーバッグに収納しておきたい「暑さ」「寒さ」対策。



雨の日も暑い日も便利なスポーツタオル。



ゴルフシューズは軽く、履き心地のいいものを選ぶ。



キャディーバッグのほか、ボストンバッグとシューズバッグがあれば、着替えや予備ウェアなどをスマートにまとめて持参できる。

快適プレーの決め手は、 機能素材のウェア。



機能素材で汗も快適。

太陽の照りつける日のラウンドでは汗対策が大切。通常のコットン系素材だと、かいた汗がなかなか乾燥しない。ところがアイスタッチ素材なら汗の気化熱を奪ってくれるので着心地がクール。暑い季節のラウンドにおすすめです。



フィット感にもこだわりたい。

スイング時にひっかかったり、着くずれをおこすものはラウンドに適さない。ストレッチ機能も大切だ。デザインや肌ざわりだけでなく、フィット感もポイント。



雨に強いウェア。

雨の日。ふつうのセーターでは、雨を吸収してしまい、なかなか乾燥しない。セーターは、雨をはじく撥水性のあるものにしよう。

寒いシーズンでもホットにプレー。

冬のコースは風が冷たく、体が冷えてプレーに集中しにくいもの。そこでおすすめしたいのが、発熱する素材プレスサーモ。羽毛やウールの約3倍の発熱量があるから、真冬でもホットで快適なプレーができます。

