

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	136
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 hendikeyy	206
Typy soutěží	208
Etiketa	210
Několik bodů z pravidel	212
Golfová terminologie	214
Anglicko – český slovníček golfových výrazů	218