

# Obsah

<b>Úvodem .....</b>	<b>6</b>	<b>Železa a dřeva .....</b>	<b>70</b>
<b>Vybavení .....</b>	<b>10</b>	<i>Plochá a kolmá</i>	
<i>Oblečení .....</i>	<i>10</i>	<i>rovina švihů .....</i>	<i>70</i>
<i>Příslušenství .....</i>	<i>13</i>	<i>Délka nápřahu .....</i>	<i>74</i>
<i>Hole, puttery a míče .....</i>	<i>14</i>	<i>Výběr hole .....</i>	<i>74</i>
		<i>Délka rány .....</i>	<i>75</i>
<b>Začátek dobrý –</b>			
<b>všechno dobré .....</b>	<b>24</b>	<b>Technika rány .....</b>	<b>76</b>
<i>Držení hole .....</i>	<i>24</i>	<i>Vysoká a plochá rána .....</i>	<i>76</i>
<i>Držení těla .....</i>	<i>30</i>	<i>Všeobecně o profilu letu míče .....</i>	<i>79</i>
<i>Poloha míče .....</i>	<i>32</i>	<i>Hook a slice .....</i>	<i>81</i>
<i>Geometrie držení těla .....</i>	<i>35</i>	<i>Hra na svahu .....</i>	<i>85</i>
<i>Zamíření .....</i>	<i>35</i>		
<b>Páky .....</b>	<b>38</b>	<b>Krátká rána .....</b>	<b>88</b>
<b>Švih holí .....</b>	<b>42</b>	<i>Levá paže a levá ruka .....</i>	<i>88</i>
<i>„Zevnitř dovnitř“ .....</i>	<i>43</i>	<i>Pitch .....</i>	<i>90</i>
<i>Poloviční švih .....</i>	<i>44</i>	<i>Chip .....</i>	<i>93</i>
<b>Plný švih .....</b>	<b>49</b>	<i>V bunkru .....</i>	<i>97</i>
<i>Nápřah .....</i>	<i>50</i>	<i>Hra z fairwayového bunkru ..</i>	<i>102</i>
<i>Práce nohou, boků, ramen</i>		<i>Putt (patování) .....</i>	<i>102</i>
<i>a paží .....</i>	<i>56</i>	<i>Držení hole při patování .....</i>	<i>106</i>
<i>Prošvih a zakončení švihů .....</i>	<i>59</i>	<i>Švih při patování .....</i>	<i>110</i>
<i>Tempo a rytmus .....</i>	<i>62</i>		
<i>Ruce a zápěstí .....</i>	<i>62</i>	<b>Etiketa golfu .....</b>	<b>114</b>
<i>Hlava .....</i>	<i>64</i>		
<i>Waggle .....</i>	<i>65</i>	<b>Psychologie golfu .....</b>	<b>121</b>
<i>Co a jak do začátku .....</i>	<i>66</i>		