

# OBSAH

- 8 Úvod
- 10 Historie hry
- 14 Golfoví velikáni
- 24 Golfová fakta a kuriozity
- 26 Historie golfových holí
- 28 Golfové míčky kdysi a nyní
- 30 Golfové hole
- 32 Konstrukce holí
- 34 Hole vám musí „sedět“
- 36 Patry
- 38 Oblečení golfisty
- 42 Výbava golfisty
- 46 Dynamika míče a hole
- 48 Jednoduchý švih
- 50 Držení hole
- 52 Postoj
- 54 Zaměřování dlouhých ran
- 56 Nápřah
- 58 Prošvihnutí
- 60 Další rady ke švihu
- 62 Krátká železa
- 64 Střední a dlouhá železa
- 66 Fervejová dřeva
- 68 Drajvování
- 70 Další rady k drajvování
- 72 Strategie drajvování
- 74 Krátké paty

- 80 Krátké a střední paty  
82 Dlouhé paty  
84 Čtení jamkoviště  
88 Trénink patování  
92 Čipování  
96 Lobování  
100 Říznutý úder  
102 Správná zbraň na rány  
z bankru  
104 Plácnutý úder  
106 Směr v bankru  
108 Výbušný úder  
110 Vzdálenost z bankru  
112 Pod okrajem bankru  
114 Rány dolů ze svahu  
116 Rány proti svahu  
118 Rány na nakloněném terénu  
120 Jak si poradit s náspy  
122 Krátký razantní úder  
124 Hra z rafu  
126 Špatné polohy  
128 Odborné drajvování  
130 Riskování a strategie  
132 Ještě o strategii  
134 Jamky par 3  
136 Umění záchrany  
138 Vítr a déšť  
140 Hra ve větru  
142 Odhadování vzdálenosti  
144 Míření  
146 Delikátní rány  
148 Pozitivní myšlení  
150 Význam pravidelné rutiny  
152 Lekce a cvičení  
154 Trénink dlouhé hry  
156 Trénink krátké hry  
158 Ovládání míčku  
160 Vyléčení šlajsu  
162 Začátečnickovy špatné rány  
164 Zatlačená rána a huk  
166 Prodloužení ran  
168 Golf na jistotu  
172 Čtení hřiště  
176 Cviky  
184 Sledování vlastního zlepšování  
186 Sledování hry profesionálů  
188 Klasická mistrovská hřiště  
190 Oblíbená hřiště labužníků  
192 Vodní hroby  
194 Hřiště po celém světě  
198 Výzbroj greenkeepera  
200 Hra na rány  
202 Jamková hra  
204 Sčítací lístky a hendikepy  
208 Typy soutěží  
210 Etiketa  
212 Několik bodů z pravidel  
214 Golfová terminologie