

GOLF

高尔夫

高雅与技巧的快乐同行

麦子 编著



电子工业出版社
PUBLISHING HOUSE OF ELECTRONICS INDUSTRY
<http://www.phei.com.cn>



GOLF 高尔夫

高雅与技巧的快乐同行

麦子 编著



電子工業出版社
Publishing House of Electronics Industry
北京 • BEIJING

未经许可，不得以任何方式复制或抄袭本书之部分或全部内容。
版权所有，侵权必究。

图书在版编目(CIP)数据

高尔夫：高雅与技巧的快乐同行 / 麦子编著. —北京：电子工业出版社，2013.1

(奢华传奇)

ISBN 978-7-121-18841-1

I. ①高… II. ①麦… III. ①高尔夫球运动—基本知识
IV. ①G849.3

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第257980号



高尔夫：高雅与技巧的快乐同行

策划编辑：胡 南

责任编辑：李 影

特约编辑：史晶晶

印 刷：北京盛通印刷股份有限公司

装 订：北京盛通印刷股份有限公司

出版发行：电子工业出版社

北京市海淀区万寿路173信箱 邮编 100036

开 本：787×1092 1/16 印张：15 字数：280千字

印 次：2013年1月第1次印刷

定 价：128.00元

凡所购买电子工业出版社图书有缺损问题，请向购买书店调换。若书店售缺，请与本社发行部联系，联系及邮购电话：(010) 88254888

质量投诉请发邮件至zltts@phei.com.cn，盗版侵权举报请发邮件至dbqq@phei.com.cn。

服务热线：(010) 88258888

1979年，一个4岁的男孩因为肤色被人从球场赶出，牵着父亲竭力抑制住愤怒的手走出球场时，那颗敏感的心暗暗发誓：要用手中的球杆赢得尊重。14年后，当这个孩子带着腼腆的微笑出现在众人面前时，已经是美国最年轻的高尔夫业余比赛冠军了，接下来的三年内，他用自己手中的球杆成功地成为世界的焦点，开始了自己野心勃勃的职业生涯。他，就是“老虎”泰格·伍兹，世界高尔夫球迷心中的“天才球王”。

1994年美国高尔夫巡回赛上，35岁的汤姆·雷曼收获了冠军。这个生活困窘却一直坚持拼搏的球手，用自己的成功证明了努力的价值。从业余到职业，从无闻到瞩目，高尔夫运动永不放弃、坚持到底的精神让他成为高坛又一传奇。

2011年，“高球皇帝”阿诺德·帕尔默84岁，对于高尔夫，他依然情有独钟：“对我来说，高尔夫仍然是一个挑战，不管你多大年龄，你永远不会放弃努力来达到更好。”一份发自内心的热爱，一颗渴望征服的雄心，阳光下飞舞的小白球充满魔力地吸引着每一个与高尔夫运动结缘的人，相约今生，情缘不舍。

如果你是一个渴望接触高尔夫的人，本书会告诉你高尔夫运动的历史和起源、基本规则、设计要领、重要赛事以及世界顶级高尔夫球场的魅力与玄妙……如果你想亲近球场，本书会告诉你高尔夫不止是时尚那么简单，它会教你如何选择一套完美的装备：透气的服装、舒适的鞋、紧贴的手套、适合的球杆及出色的球童，帮你在自信挥杆之时找到快乐之源。如果你想体验果岭，本书也将成为你的良师益友，好球手的“黄金八大定律”、沙坑球和问题球的实战处理方式，以及如何造就稳定心理计划等，将助你成为球场上叱咤风云的王者。

此外，吉恩·萨拉岑、鲍比·琼斯、本·霍根、杰克·尼克劳斯等传奇名将闯荡高尔夫球坛的经历、拼搏及成就，历经时间的考验，沉淀下的技巧和感悟，会助你洒脱优雅、出色表现。

而今，与其说高尔夫是一项运动，还不如说它是一种生活方式，正如荷兰语中“高尔夫”一词所代表的含义：在绿地和新鲜空气之中的美好生活。阳光、氧气、草地、自由、优雅，哪一个不值得我们为之付出时间和精力呢？





目录 Contents

9



■ Part 01

历久弥香的高贵运动 高尔夫运动

寻根贵族范儿

高尔夫的起源与历史

- 10 | 神来之笔的一击
苏格兰牧童开创历史
- 14 | 当游戏成为运动
小白球的历史变革
- 18 | 平等才是核心
“差点”史话
- 22 | “大牌”的诞生
你不可不知的俱乐部发展史

远不止是时尚

高尔夫装备

- 28 | 最不容忽视的“装备”
球童
- 32 | 适合的才是最好的
球杆
- 36 | 栉风沐雨的“人生”
小白球传奇
- 38 | 跟着走还是坐着等
球鞋来决定
- 40 | 零距离不一定有美感
手套
- 42 | 穿什么便是什么
服装的选择

玩儿的就是性格 高尔夫场地

- 46 | 成为经典的最初
高尔夫球场的选址
- 48 | 我不是要刁难你
高尔夫球场的设计理念
- 50 | 草地的秘密
高尔夫球场用草
- 52 | 最是那迂回的魅力
线路的设计
- 54 | 领略大师风范
顶级高尔夫球场设计师
- 60 | 小白球的大世界
高尔夫规则
- 66 | 细节彰显贵族风范
高尔夫球的礼仪常规

79



Part 02

惊艳亮相的优雅 高尔夫技巧

邂逅动力学

高尔夫球基本技巧动作分解

- 80 | 行动前的准备
热身运动
- 82 | 正确的开始
握杆姿势
- 84 | 不可忽视的细节
标准的站姿
- 86 | 全套挥杆节奏
好球手的“黄金八定律”
- 88 | 这不是习惯
常见错误与纠错

- 92 | 从容面对困境
问题球的处理

- 94 | 为可能性而战
特殊球实战技术

远不止是竞赛 高尔夫球心理

- 98 | 练就好心态
输赢并不很重要
- 100 | 与自然同呼吸
制订一个心理训练计划

103



Part 03

抑制不住的精彩 顶级球杆与球星

那些散布世界的精灵 世界品牌球杆赏鉴

104

不可或缺的力量
品牌球杆赏析





157



Part 04

最真实的幻想 世界顶级高尔夫球场巡礼

迎风出发

感受世界顶级高尔夫球场

110 | 练就火眼金睛
球杆的选择和鉴别

名将是怎样炼成的 超级球星传奇

114 | 双鹰球的最早一击
吉恩·萨拉岑

118 | 最伟大的业余球手
鲍比·琼斯

122 | 重击手桑姆
桑姆·史立德

126 | 罗汉般的苦行僧
本·霍根

132 | 高球皇帝
阿诺德·帕尔默

136 | 耀眼的“金熊”
杰克·尼克劳斯

142 | 小个子迸发大能量
盖瑞·普莱尔

146 | 最励志的人生
汤姆·雷曼

150 | 丛林老虎
泰格·伍兹

158 | 历史也时尚
苏格兰圣安德鲁斯老球场

162 | 最具贵族气息
奥古斯塔高尔夫球场

170 | 高尔夫的终极测试场
松树谷高尔夫俱乐部

174 | 英雄之坟
旧金山奥林匹克湖景球场

178 | 精美与挑战并存
圆石滩林克斯高尔夫球场



182 | 大师的巅峰代表作
柏树点高尔夫球场

186 | 平民的狂欢
贝斯佩奇公园高尔夫球场

190 | 英格兰的守护神
英格兰皇家圣乔治高尔夫球场

194 | 让袋鼠做球童
皇家墨尔本高尔夫球场

路在脚下 旅行中的高尔夫

198 | 咫尺天堂
感受绝色塞班的美好

204 | 小白球挑战伊甸园
加勒比海的球场风光

208 | 弗拉明戈和球道的交织
西班牙南部之旅

212 | 当贵族遇上奢华
奢华迪拜行

218 | 午夜际会
冰岛的午夜高尔夫球赛

220 | 与火山近距离
夏威夷的火山景观

不一样的感觉 世界四大高尔夫比赛

224 | 培养危机意识
美国公开赛

228 | 最古老赛事
英国公开赛

232 | 最牵动人心的比赛
美国名人赛

236 | 赢就要赢大满贯
美国PGA锦标赛





Part 01

历久弥香的高贵运动

高尔夫运动

从温润多雨的大不列颠岛北部，到苏格兰圣安德鲁斯的皇家俱乐部，从玛丽女王到詹姆斯三世，一颗小小的白球从绿丝绒般的草坪上直飞云霄，为全世界带来了这项融合了高贵优雅的贵族典范与纵横开阖的狂野气质的运动。

小白球的历史之中有太多往昔峥嵘岁月的影子，落魄的贵族曾经靠它来消磨闲暇的时光，不甘寂寞的女中豪杰靠它赢得别人的尊敬，而它所携带的运动精神则随着时间的推移更加深入人心，激励着一代又一代的球员寻找着自己的人生价值。

不管是承载欧洲梦想的谢菲尔德，还是展示美洲辉煌的布鲁克林，高尔夫以不同的尺寸大小，让人们体会到了相同的激动与兴奋。礼仪、场地、装备，每一个细节都蕴藏着文化，而“重击手”桑姆·史立德、“高球皇帝”阿诺德·帕尔默、“丛林猛虎”泰格·伍兹的存在则更证明了这项运动的历久弥香！





GOLF

神来之笔的一击

苏格兰牧童开创历史

在遥远的大不列颠岛北部，有一个美丽的地方叫苏格兰，温情脉脉的海岸线内遍布着小巧可爱的岛屿和纵横交错的山脉与高地。提起这个地方，人们脑海里便会响起悠扬的风笛声，那穿着格子裙的风笛手们奏出的悠扬音乐让这个国家充满了浓郁的艺术气息，然而对于世界而言，苏格兰的魅力远不止于此，这里，还是现代高尔夫运动的起源地。

Golf ●●●

牧羊人的游戏

苏格兰属于温带海洋性气候，全年温和湿润，多见雨雾，尤其到了秋冬季节，朦胧更甚。这里丘陵起伏的地形很适合植被以



↓迷人的苏格兰风光



及牧草的生长，因此，苏格兰最早的经济资源是畜牧业。早在西方工业革命之前，苏格兰就拥有连绵不断的牧场，肥沃的土地上，随处可见“风吹草低见牛羊”的美景。

相传早在中世纪之前，苏格兰东部地区的牧羊人在放牧的时候，就会用牧鞭来击打石子将其击入远处的兔子洞中，当作一种消遣和娱乐。后来，击打石子的游戏逐渐变成了一种比赛。还有什么能比这个更自然的呢？当你把牧鞭换成木棍，并且有了企图心，每一次都要比上一次击得更远，石子又恰巧掉进兔子洞时，高尔夫运动就诞生了。

这种带有竞技意味的游戏方式逐渐在整个国家推广开来，尤其生活在海边的人们，他们借助海边天然的地势，制订了更完整的规则以及更有趣的球道，将游戏进行了升华。

1457年，苏格兰国王詹姆斯二世突然发现，一贯勤练剑术的国民不约而同都放下了剑，玩起了一种叫作高尔夫的游戏。在他看来，这种游戏不但没有什么锻炼身体的功能，而且休闲的比赛方式也很可能让人玩物丧志，因此他在《议会法》中禁止了这项运动，这项法律也是第一个提到高尔夫运动的文件。

不过，可惜的是，有很多证据显示，苏格兰国民并没有把这



↑1567年，苏格兰女王玛丽因为痴迷高尔夫运动而受到了国民的强烈谴责，因为她的丈夫达利勋爵被谋杀没多久，她竟然能有心情去打高尔夫。





↑圣安德鲁斯高尔夫老球场是世界各国球手魂牵梦萦的地方。圣安德鲁斯不过是苏格兰的一个小镇，却因高尔夫而名扬世界。

个禁令当作一回事，剑术的演练每况愈下，高尔夫却是越来越普及，越来越吸引人。

1471年，詹姆斯三世又一次发出了禁止高尔夫运动的文件，但国民顶住了压力，依旧没有给国王面子，这个国家高尔夫球手的增加和射手能力的下降形成正比。

至于最初是在苏格兰的什么地方开始的高尔夫，没有更详细的史料记载，最早的证据是在16世纪和17世纪的教堂记录中发现的，苏格兰东海岸地区的一些教民因为在传教时溜出去打高尔夫而受到了惩罚。

Golf ●●●



皇家支持后的发展

16世纪，高尔夫运动在苏格兰东海岸稳定地建立起来并且开始扩展，从这时候起，高尔夫在苏格兰上流社会争得了一席之地，连詹姆斯六世在1603年同意去继承英王位前，也都在打高尔夫。因为他的母亲玛丽女王是个不折不扣的高尔夫迷，这位女王曾经用一条非常昂贵的项链做赌注，和自己的一个用人进行了一场高尔夫比赛，结果女王输了，成就了用人一生中最骄傲的事情。

其实，早在詹姆斯四世时期，高尔夫就已经进入宫廷了。他在即位早期也曾经效仿前人惯例，禁止过高尔夫运动，但最终连他也未能抵御住高尔夫带来的快乐。1501年，

他的财政部长给一位弓箭制造商支付了14先令，委托其提供高尔夫球杆。从那之后，皇家国库曾多次私下为购买高尔夫球杆付款，甚至还替詹姆斯四世偿还赌输高尔夫球后欠下的债务。

因为皇室成员的积极参与，使得高尔夫运动“高歌猛进”，不但在全国普及，最终也走出了国门，走向了世界。

最早的高尔夫中心是和皇室以及两个苏格兰社会的支柱紧紧联系在一起的，它们分别是教育和教会。圣安德鲁斯是苏格兰最古老的学术中心，也是最权威的教会所在地。

苏格兰文献记载最早的高尔夫俱乐部名叫“雷斯绅士球手”，1744年更名为“爱丁堡高尔夫球手荣誉公司”，当时，第一个高尔夫球被固定在

了爱丁堡城市委员会赠送的银质球杆上面。而第一个胜利者则被授予“高尔夫首领”的称号。

1754年，圣安德鲁斯皇家古代高尔夫俱乐部买下了银球杆，不过它那时候的名字还是叫“圣安德鲁高尔夫球手协会”，直到1834年，威廉姆四世国王才授予了“圣安德鲁斯皇家古典高尔夫俱乐部”的名字。

19世纪后半叶，许多新球场陆续在苏格兰这片土地上建立起来，这里的高尔夫运动也得到了进一步发展。

Golf ●●●



荷兰人的反对

正如我们所了解到的那

样，高尔夫运动起源于苏格兰，但是在欧洲，也有人反对这样的说法。

荷兰人一直认为，他们最早的一种叫作“Kolven”的运动才是最早的高尔夫，而Kolven正是通过国际贸易才传入苏格兰的。可是苏格兰的拥趸马上找出了证据，说Kolven是一种室内运动，这和苏格兰的室外运动有着本质的区别，而且Kolven所使用的球要比高尔夫球大，球杆也要比高尔夫球杆重，且没有弯曲度，因此Kolven只是一项和高尔夫有些类似的运动罢了。

最为关键的是，Kolven运动只在于用球杆击球，它缺少

了高尔夫最简单也是最独一无二的因素：洞。高尔夫最独一无二的特征就在于，它的终点是以球进洞为结束。

不管争论的结果如何，到今天为止，苏格兰起源说是最有说服力，也是最为大众所接受的说法，因此，苏格兰也成了现代高尔夫球心中的麦加圣地。



↓16世纪初，荷兰艺术家温得尼尔的油画《冬季里打高尔夫的人们》描绘了荷兰人打高尔夫的情景，这幅画也被认为是高尔夫运动起源于荷兰的证据。





GOLF

当游戏成为运动

小白球的历史变革

有一个关于高尔夫球的笑话是这样说的，美国人不习惯打英国人的高尔夫球，因为英国球的尺寸要小于美国人的，而英国人则认为自己的球就是高尔夫的标准球。英国人觉得美国人之所以要打大尺寸的球，是因为他们能力不够；美国人则反唇相讥道，英国人之所以要用小一点的球，是因为他们对付不了大一号的球，无法把它们打进球洞。

Golf ...



从石头到皮革羽毛球

在国际高坛，习惯把美国高尔夫协会（USGA）和苏格兰圣安德鲁斯皇家古典高尔夫俱乐部戏称为“高尔夫政府”，对于高尔夫用球的尺寸和重量问题，这两大政府曾经在几十年的时间中各执己见，争论不休。

幸而，最终两方达成了共识，以圣安德鲁斯皇家古典俱乐部和美国高协批准的高尔夫规则为标准，高尔夫球的直径不得小于42.67毫米，重量不得超过45.93克。

这种规格的球就是人们俗称的“美国球”，直到目前仍在广泛使用。但它并不是世界通用的标准，与之竞争的是“英国球”，比美国球稍微小了一点。别小看这一点点的差别，它能影响小球的飞行特性。

所以，世界高坛用球就形成了我

们现在能看到的状况，美国各项赛事通用的都是美国球，而英国公开赛上使用的是英国球，它们自成一派，谁也不会影响谁。可那些跨界参加比赛的球员们就没法淡定了，他们被迫得熟悉两种球的特性，却也无法不受到影响，英雄遭遇滑铁卢，黑马异军突起的情况时常发生。

最早的高尔夫球就是小石头，苏格兰人就地挑选一些长期被海水打磨得光滑圆润的石子来进行击球入洞的比赛。第一颗真正通过制作的球诞生于苏格兰东海岸，那是一颗木质的高尔夫球，

由于年代久远资料缺失，至今也无法确

定该球究竟是用什么材料制成的。

但研究者普遍认为，这种木制球效率低下，很可能是由山毛榉或黄杨树根一类的硬木制成的。从15世纪中期到17世纪，高尔夫球员们都是用木制



← 羽毛皮革球



的球杆来打这些不太灵光的木制球，不过这也为高尔夫运动增添了跌宕起伏的色彩。

后来，随着这项运动的普及，人们开始琢磨用更好一点的球，于是便有了皮制的球，又名“羽毛皮革球”，制作工艺是将尽可能多的鹅毛填充进皮革里面缝制好，当然在此之前要将鹅毛和皮革都浸湿。然后等着它慢慢风干，在这个过程中，皮革会失水紧缩，而鹅毛则会变干膨胀，整个小球就变得坚硬紧实了。尽管价格高昂，但它却能产生让人瞠目结舌的飞行距离，于是那木讷的木制球很快就退出了历史舞台。

Golf ...



橡胶球的产生和大跃进

1848年，一种叫作“古塔胶球”的高尔夫球诞生了，它的出现被誉为高尔夫历史上的划时



↑ 现在人们普遍采用的哈斯克尔球

代事件。

古塔胶球的主要材质是用古塔树胶提炼而成的，经过一番“水乳交融”之后，古塔树胶就会变得非常具有弹性，在制作的过程中，它可以很轻松地被压制成球状，等到冷却后质地又变得坚硬。最重要的是，这种古塔胶球的制作成本比起之前的羽毛填充的皮革球要低很多，从而使更多的人都能打得起高尔夫球。

因此，古塔胶球的产生带动了高尔夫运动的发展，而这项运动的蓬勃发展又促使了古塔胶球的批量化和标准化生产，世界高坛普遍开始使用这种球。

古塔胶球还有一个优点，即便它在被击打的过程中变形或者破损了，还能够通过熔化和冷却

恢复原形，有“起死回生”之功效。很多球手经过实践之后得出以下结论：那些经过重新修复后的球往往比光滑平实的原球具有更好的飞行性能。

一开始，球手们都是使用表面光滑的小球，后来发现如果表面有纹路或者凹凸，反而更易控制。于是在此后的制作工艺中便添加了均匀的纹路。

19世纪后半叶，古塔胶球一直雄霸世界高坛，它虽然也有一



！2012年出战高尔夫贝格三世基金挑战赛、世界女子高尔夫排名第一的曾雅妮正在击球。

