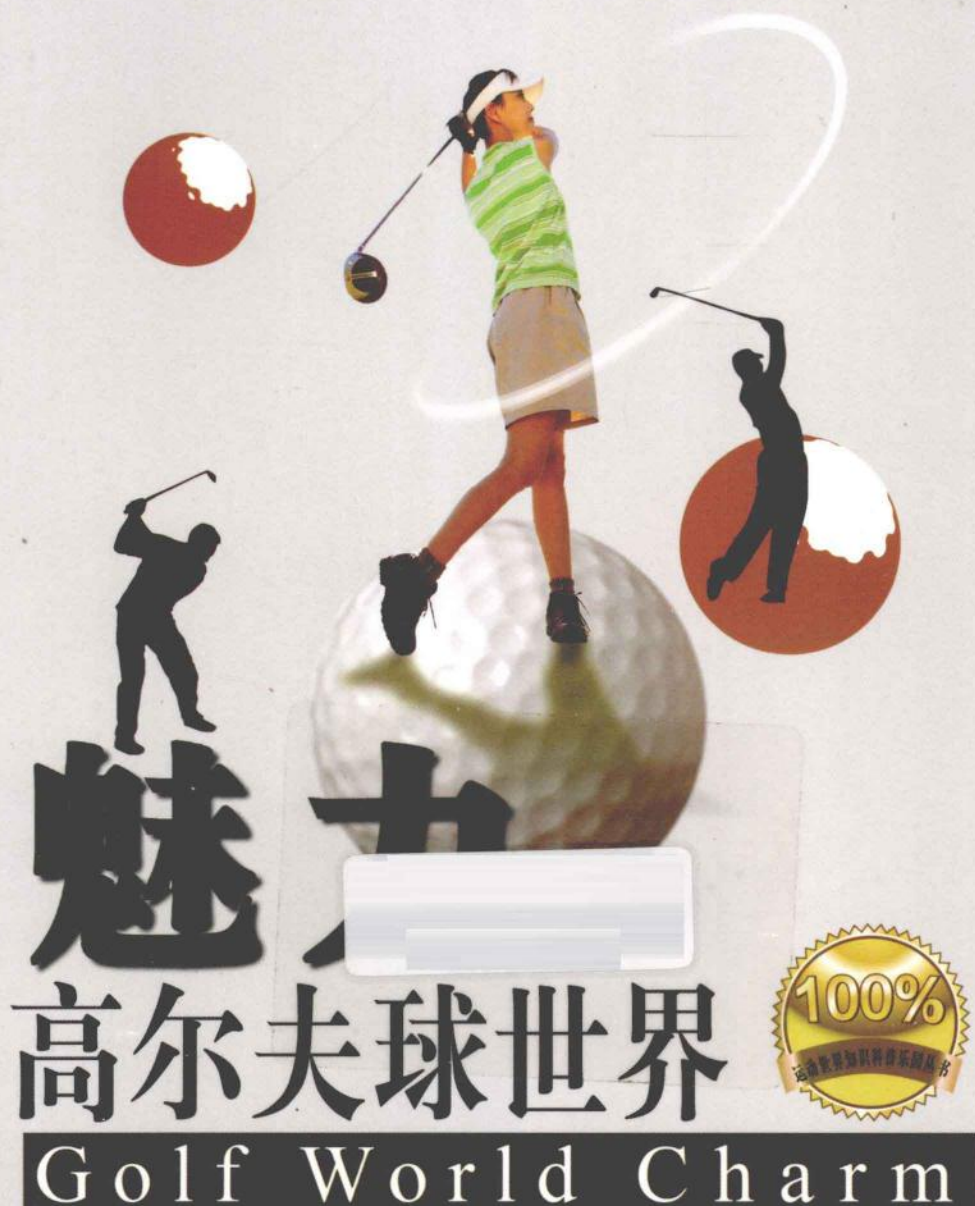


青少年运动科普知识丛书



李营 © 主编 许淑玉 © 编著

青少年运动科普知识丛书

魅力高尔夫球世界

许淑玉 编著

中国财政经济出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

魅力高尔夫世界 / 许淑玉编著. —北京: 中国财政
经济出版社, 2013. 4

(青少年运动科普知识丛书)

ISBN 978 - 7 - 5095 - 4457 - 0

I. ①魅… II. ①许… III. ①高尔夫运动 - 青年读物②高尔夫运动 - 少年读物 IV. ①G849.3 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 083219 号

责任编辑: 张铮

封面设计: 佳图堂设计工坊

中国财政经济出版社出版

URL: <http://www.cfeph.cn>

E-mail: cfeph@cfeph.cn

(版权所有 翻印必究)

社址: 北京市海淀区阜成路甲 28 号 邮政编码: 100142

发行电话: 010 - 88190406 财经书店电话: 010 - 64033436 (传真)

三河市航远印刷有限公司印刷 各地新华书店经销

787 × 1092 毫米 16 开 12 印张 215 千字

2013 年 5 月第 1 版 2013 年 5 月北京第 1 次印刷

定价: 21.60 元

ISBN 978 - 7 - 5095 - 4457 - 0/G. 0115

(图书出现印装问题, 本社负责调换)

本社质量投诉电话: 010 - 88190744

前 言

高尔夫球是一项在具有独特景观的场地进行的户外球类运动，遍布世界各地。无论男女老幼、水平高低，都能通过打球而享受到其中的乐趣。

高尔夫球不仅是一项体育运动，或是一项娱乐游戏，它还是一种生活方式。打球可以是社交活动，还可以让我们在旅行时更好地了解当地的风土人情；对有些人来说，高尔夫球甚至是精神寄托。然而最具诱惑的还是运动本身的挑战性。若干年前，某知名体育杂志作了一个关于哪项运动对技能要求最高、最难达到精通的调查，结果高尔夫球仅次于马球排在第二位。

它是一场斗智斗勇的竞争，需要勇气、技巧、策略和自我控制；

它是一场性格的试验、荣誉的测验；

它是男人们显示风采及绅士风度的机会；

它使人们走出户外，融入大自然，呼吸新鲜的空气，锻炼身体，一扫精神的陈腐，使疲劳的身心得以真正的放松；

它是体贴的治疗，解除焦虑的药物；

它给予我们与朋友相聚，进行社会交际，向对手表示友好、

善意和大度的机会；

它不仅有益身体健康，也有益于增加精神力量。

因此，高尔夫被誉为“洗涤生命的运动”。

本书为青少年读者全面介绍高尔夫运动基本知识，了解它以及它的历史、发展，还有著名运动员的风采，并带着读者领略著名高尔夫球场风光。

目 录

一、高尔夫运动基础知识	(1)
1. 高尔夫运动的起源和发展	(1)
2. 高尔夫常用语	(7)
3. 高尔夫球场	(15)
4. 高尔夫球场球道区	(23)
5. 球场会馆区	(32)
6. 附属设施区	(36)
二、礼仪、规则和球具	(39)
1. 高尔夫运动的必要装备	(39)
2. 高尔夫球辅助器材	(44)
3. 球道上的礼仪	(48)
4. 高尔夫运动的基本规则	(51)
5. 入乡随俗——高尔夫的本地规则	(56)
三、高尔夫运动的基本动作	(59)
1. 高尔夫的握杆原则	(59)
2. 高尔夫的基本站姿	(64)
3. 高尔夫的上坡球位	(69)



4. 挥杆击球·····	(73)
5. 收杆分解动作·····	(80)
6. 挥杆的速度和节奏·····	(83)
7. 推球·····	(89)
8. 滚球·····	(94)
四、国际高尔夫赛事 ·····	(99)
1. 高尔夫球的重要国际大赛·····	(99)
2. 英国公开赛·····	(102)
3. 美国PGA锦标赛·····	(105)
4. 英国女子高球公开赛·····	(110)
5. 美国名人赛·····	(116)
五、国际高尔夫球场 ·····	(121)
1. 美国松树谷高尔夫球场·····	(121)
2. 北爱尔兰皇家邓恩郡球场·····	(124)
3. 美国塞普雷斯鲍英特球场·····	(128)
4. 卡伯德索尔高尔夫球场·····	(132)
5. 奥古斯塔国家球场·····	(135)
6. 圣安德鲁斯老球场——高尔夫的麦加圣地·····	(139)
7. 凡考特乡村球场——非洲高尔夫乐园·····	(144)
8. 墨尔本皇家高尔夫球场——澳洲球场之冠·····	(147)
9. 日本卡瓦那富士山球场·····	(152)
六、高尔夫运动员 ·····	(155)
1. 老虎——泰格·伍兹·····	(155)
2. 崩盘王子——罗里·麦克罗伊·····	(160)
3. 左手怪杰——菲尔·米克尔森·····	(164)



4. 亚当·斯科特 (168)
5. 卢克·唐纳德 (171)
6. 梁文冲 (173)
7. 英国玫瑰——贾斯汀·罗斯 (176)
8. 马丁·凯默尔 (178)
9. 简森·戴伊 (181)
10. 尼克·沃特尼 (183)

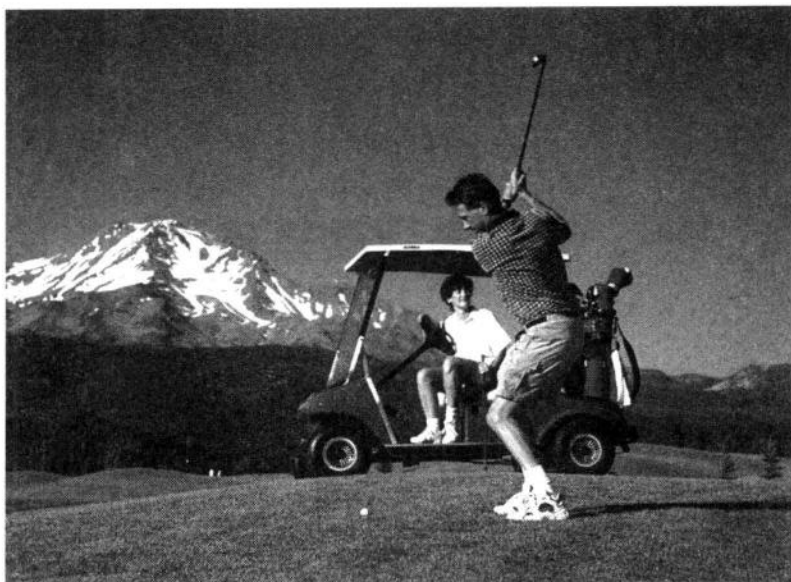
一、高尔夫运动基础知识

1. 高尔夫运动的起源和发展

有专家认为任何“挥杆击物”的运动均可称为高尔夫球运动的一个起源。其实，早在苏格兰人开始打高尔夫球之前，在中国和古罗马都曾流行过类似高尔夫球的以杆击球的游戏。公元前二三百年时，中国有种被形象地称为“捶丸”的游戏；而在公元前 27 年至公元 395 年的古罗马，有一种以木杆击打羽毛充塞制成的球的游戏。因此，凡是古代由球和杆组成的运动都可能与高尔夫球有关。

沃尔特·希波森爵士在“高尔夫艺术”中提及：“牧羊童牧羊时常碰到卵石，手中握着弯柄杖，然后将石头击走；只要是休息时手中握着杖的人不可避免地会击去任何散落在路上的零星目标。”

智利人森提格发现的雕刻图案上（可能完成于公元 1570—



高尔夫球

1600年)有智利人和印度人在挥杆击打地上的圆形物体,这类类似于今天的高尔夫球运动。据说这种雕刻是用来表现当地人的生活方式和习惯的。

日本学者在研究高尔夫球运动起源时,曾在文献中发现中国古代(元朝)也有类似高尔夫球运动的挥杆击石图案。

“GOLF”一词源自葡萄牙的“KOIF”,这与德国的“Kolbe”和丹麦的“Holbe”有关意思接近。这与罗马人把“Pagamica”当作他们的“球一杆”运动,向北扩展直到整个欧洲有关。英格兰打的是“Ambuca”;法国是“jeudemail”;爱尔兰是“Hetkolve”;苏格兰是“Shinty”。在世界各地有许多类似高尔夫球运动的休闲娱乐方式。

多数人认为高尔夫球运动诞生在700多年前的苏格兰。

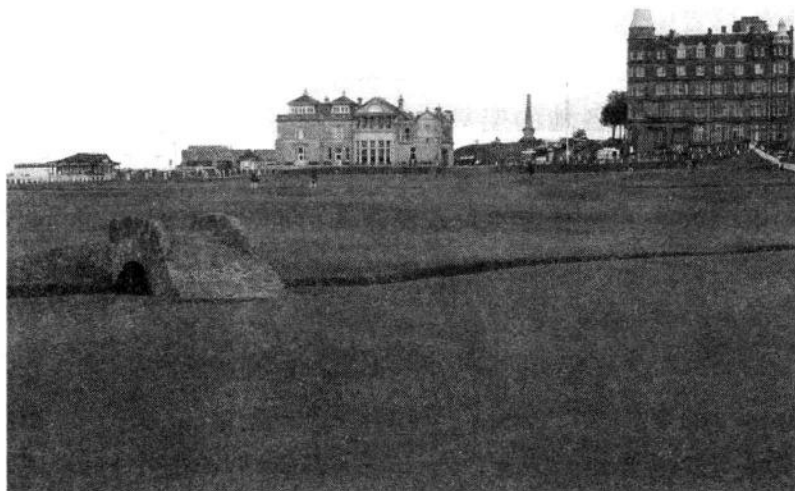
圣·安德鲁斯作为当时主要的基督教中心、海港和商贸集散地而在中世纪呈现出非常繁荣的景象。早期的商务活动吸引了当时已来往于世界各地的船只和商人，也就是在这时（12世纪）高尔夫球运动开始远传于苏格兰大陆。这项运动的起源，较准确的说法或许是由葡萄牙人人皆知的活动“hetkolvew”演变而来，这是因为高尔夫球运动开展过程中使用的一些术语多半来源于此。

15和16世纪这项以杆击球的运动继续发展着，“球”是由粗糙材料制成，或者是由皮革捆扎羽毛而制成。而圣·安德鲁斯城的传说也继续流传着，继续流传着他们与高尔夫的浪漫曲，打球发展到难以收拾的地步，有些人为了打球竟忽视以国王名义进行的教育活动，从而导致从事打球的人要面对来自英格兰的入侵。因此，1457年，苏格兰的詹姆斯二世在第13届国会上颁布了有关禁止打高尔夫球的法令。到1491年，这个话题再一次提出，詹姆斯四世统治期间又颁布了相关的法令。

不管有什么法令，詹姆斯四世本人也成为了一位劲头和兴趣十足的打球者，这充分说明高尔夫球运动在当时的盛行。据说苏格兰的詹姆斯五世和他的女儿玛丽·斯苏斯皇后（1542—1587），



詹姆斯二世



圣·安德鲁斯的球场

也曾在圣·安德鲁斯打过球。从市民的角度来说，当时的球场延伸到港口被大量障碍物所包围的狭长草坪即所谓果岭，根据遗传和出生权，这是他们的财产。城镇法律规定，圣·安德鲁斯的居民有保护和使用海岸低丘岗地用作高尔夫球场和足球场的权利；法律明确指出了居民在低丘岗地上打高尔夫球的权利。

到17世纪和18世纪，约在1618年高尔夫球运动有了明显的进步，因为在这个时期出现了皮制球，一来可以防水，二来容易识别。

早期高尔夫球的胜负以进球洞数的多少为准，而不是根据一局中的总杆数多少来判断胜负。计杆判胜负的打法始于1759年。

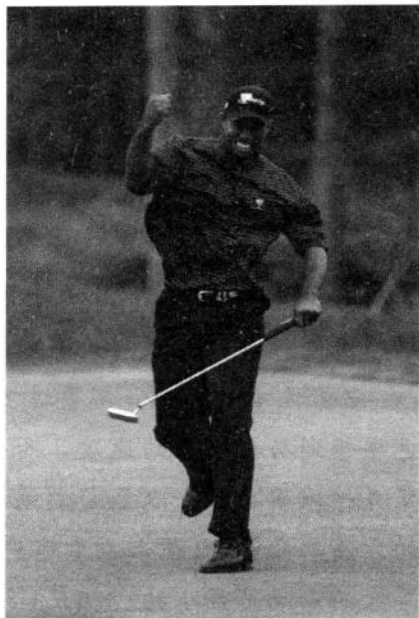
到了19世纪，即1845年高尔夫球运动的主要技术有了突破性的进展。帕特森博士的两位高尔夫球迷的儿子用丢弃的杜

仲胶做成了一个圆球，他们认为这种球可以取代最贵的皮制羽毛球。这在当时是极不寻常的想法，尤其是对皮制羽毛球制作者。因为这种球以经久耐用、价格便宜而优于皮制羽毛球，最终占领了市场。

20世纪高尔夫球运动发生了两件大事：一是1902年在美国，橡胶芯球取代了杜仲胶球的位置；二是改进了这项活动的打球规则，扩大了其普及性。

1913年一个偶然事件使高尔夫球运动一跃为北美众多人乐意参与的运动：当年在美国马萨诺塞的乡村俱乐部举行的美国公开赛上，一位不出名的21岁的小伙子——福乐斯打败了当时最有权威、最了不起的高尔夫球手——英国职业选手哈瑞和太德。之后，不到几年时间，高尔夫球运动风靡北美，现在大多数美国人都喜爱这项运动。

21世纪是用电脑教授高尔夫球的年代。一名高尔夫球手利用电脑技术发明了“虚拟现实高尔夫球”教程，声称它可教人如何完美地击球，这将为高尔夫球教练应用计算机教学提供很大的空间。



高尔夫球赛上的选手

【运动常识】

2 米的推杆

2 米的推杆，对职业选手来说也是比较挠头的距离。这是应该推进的距离，但做到并不容易。

2 米左右的短推，不要过多地考虑球线。如果要看线，那么也要想到与之相应的速度，否则就不会进洞。这种短推要有自信并稍微用力推，以免受到果岭草的影响。击球选用向上敲球的方法。向前 20 厘米左右球产生倒旋，滑着出去，这样球受到草纹的影响是最小的。相反，平推球是要充分按着草纹的方向让球向前滚动，球滑动的距离短，推出的距离也不会过长。看不清球线时，都采用上推的方法，一般效果不错。

推球前的准备动作

推球之前，要养成做例行准备动作的良好习惯。依据自己的习惯完成推球前的例行准备动作，可以大大提高推杆的成功率。

在走近果岭的过程中，要观察山谷在哪个方向，判断整个果岭的走势及坡度。

球做好标记后，要确认球洞附近是否有异物或球痕。观察球线，确定击球方法和推击线。利用球上的商标等标记将球对准假想的目标。

在球的后方目标线上做几次试推杆；将杆头放在球后；完



成对线动作；双脚站位；看一下球洞和假想的目标点；再看一下目标点；想象着击球速度，完成推杆动作。



2. 高尔夫常用语

高尔夫常用语包括高尔夫比赛常用语、高尔夫规则常用语、高尔夫具体常用语和高尔夫打球常用语。

(1) 高尔夫比赛常用语

延长洞

在规定的一轮或数轮比赛中未能决出胜负时加赛的洞。

四球赛

二人对二人的比赛，每人各打一个球、双方选择每洞最好一个球的成绩。

四人二球赛

二人对二人的比赛，各方二人轮流击一个球。

总杆

打完一轮或数轮的实际杆数，不计差点。

女子发球区

为女子设定的发球区，该发球区一般用红色标记。

巡场员

由委员会指定的场内巡视员。主要任务是维持观众秩序、监督打球速度、向委员会报告出现的问题等。

比洞赛

比赛与其他组球员无关，只是同组球员进行对抗，以各洞的杆数决定该洞胜负，一轮中赢得的洞数多者胜出。

最近洞

在标准杆为3杆的短洞设定的比赛项目，第一杆击球最靠近球洞者获胜。

净杆

在有差点的比赛中以实际杆数减去差点以后的杆数称为净杆。

延长赛、加赛

在比赛中出现平局时再进行数洞或18洞的延长赛来决定胜负。

散弹枪式比赛

在同一时间内，众多的球员分别从不同的发球区一起开球，这种比赛方式较节省时间。

逐洞夺奖赛

在每个洞设奖金，以比洞赛形式进行争夺，各洞唯一超出者赢得奖金，如有平分则奖金累加至下一洞。

比杆赛

按照规定打完一轮或数轮后，以总杆数作为排名的依据，



杆数最少者获得优胜。

骤死式决定法

在高尔夫比赛中出现平局或并列时要进行延长赛以逐洞赛决定胜负。

总杆

高尔夫比赛中打完一轮或数轮的实际杆数。

(2) 高尔夫规则常用语

球童

球童是为球员运送与传递球杆的人，也是唯一能向打球者提供建议的人。在打球过程中，同伴竞技者如果提供建议，将受到处罚。作为打球者，用于自己一方的只有球童，当一个球童服务三个或四个客人时，打球者发生问题时，球童都可以成为任何一方的建议人。另外，球童的所有携带品将视为该打球者的携带品。

果岭区通道

果岭区通道指正在打球之洞的发球区和球洞区及球场内所有障碍区以外的所有区域。因而相邻的球道的果岭及发球台都属果岭区通道，在规则里没有长草区的概念。所谓在果岭区通道上规定可以移动 15 英寸时，长草区也同适用。

遗失球

球员的一方或他（他们）的球童开始找球 5 分钟后，没有找到球或球员不能确认是自己的球时，属遗失球。例如，在同一地点发现了两个品牌、号码完全相同的球，到底哪个球是自