

THE COMPLETE BOOK OF GOLFER

高尔夫 完全手册

〔英〕史蒂夫·内维尔等 著 刘丽 译

世界上最畅销的高尔夫指南

权威系统的专业指导
简明科学的训练课程
规范详尽的技术图解
全面丰富的知识内容
帮你轻松掌握高尔夫的各项技巧
详细解读高尔夫的智慧
让你短时间成为高手

黑龙江科学技术出版社



高尔大

全集下册



THE COMPLETE BOOK OF GOLFER

高尔夫 完全手册



[英] 史蒂夫·内维尔等 著 刘丽 译



黑龙江科学技术出版社
中国·哈尔滨

黑版贸审字 08-2007-020

图书在版编目 (CIP) 数据

高尔夫完全手册 / (英) 史蒂夫·内维尔等著, 刘丽译; —哈尔滨:
黑龙江科学技术出版社, 2007.4

ISBN 978-7-5388-5355-1

I. 高… II. ①史… ②刘… III. 高尔夫球运动—手册
IV. G849.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 043666 号

The Complete Book of Golfer by Steve Newell Paul Foston & Antony Atha

Copyright © Anness Publishing Limited 1997, 2005

Simplified Chinese Translation Copyright © Beijing Zhongzhibowen Book Publishing Co., Ltd, 2006

ALL RIGHTS RESERVED

高尔夫完全手册

GAOERFU WANQUAN SHOUCE

作 者 [英] 史蒂夫·内维尔 保罗·弗斯顿 安东尼·阿萨

译 者 刘 丽

责任编辑 曹俊强

整体设计 子 木 (李庆伟)

文字编辑 肖玲玲 王金秋

美术编辑 王静波

设计总监 子 木 (李庆伟)

出 版 黑龙江科学技术出版社 

地址: 哈尔滨市南岗区建设街 41 号 邮编: 150001

电话: 0451-53642106 传真: 0451-53642143(发行部)

发 行 全国新华书店

印 刷 三河市华新科达彩色印刷有限公司

开 本 800 × 1020 1/16

印 张 15.75

版 次 2007 年 5 月第 1 版 · 2007 年 5 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978-7-5388-5355-1/G · 617

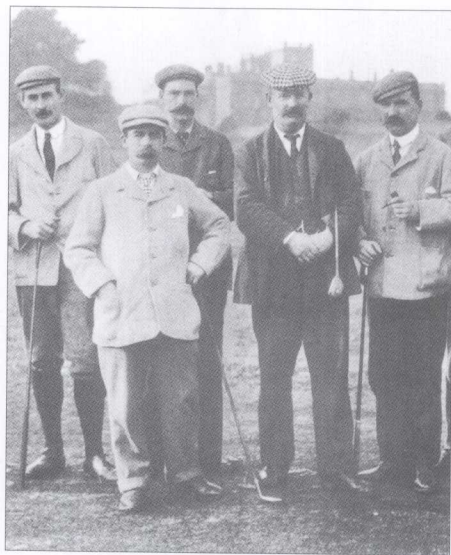
定 价 68.00 元



目 录

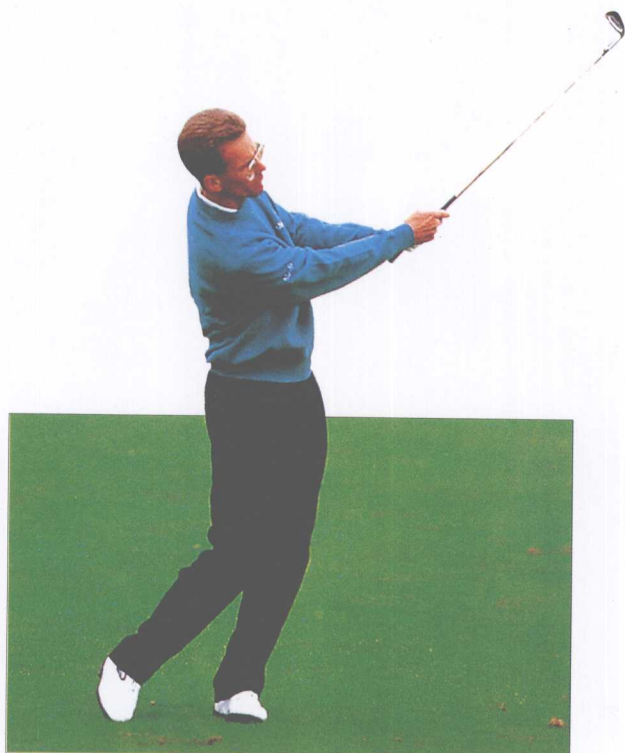
第一部分：高尔夫世界

- 3 第一章 高尔夫的起源与演变
- 31 第二章 世界知名高尔夫球手
- 45 第三章 高尔夫重大赛事
- 61 第四章 世界著名的高尔夫球场
- 87 第五章 高尔夫收藏品及纪念品



第二部分：如何打高尔夫

- 93 第六章 球具
- 103 第七章 优雅的高尔夫礼仪
- 111 第八章 推杆
- 125 第九章 基本技术
- 135 第十章 起扑球
- 149 第十一章 完美的劈起球
- 161 第十二章 全挥杆
- 173 第十三章 沙坑球
- 185 第十四章 完美击球
- 199 第十五章 高尔夫的六大致命失误
- 213 第十六章 完美练习创造完美击球
- 225 第十七章 降低杆数的妙计
- 233 第十八章 高尔夫规则
- 242 术语表



第一部分： 高尔夫世界

高尔夫这项运动几乎流行于世界各地，而且拥有众多追随者，各项重大赛事都得到了大批观众的热心关注，还有无数人通过电视机来观看比赛。那些优秀的高尔夫选手受到了人们的广泛称赞，而且普通球手对职业选手的高超技艺也是大为叹服。

对于所有参与高尔夫这项运动的人来说，不管是业余选手、职业选手还是初学者或者是偶尔玩玩的消遣者，高尔夫的魅力在于人们对它不可触及的完美极限的追求。然而幸运女神也会偶尔降临。所有的高尔夫球手都会拥有一次完美的击球经历，他将永远记得那个小小的高尔夫球直接飞向远方的旗杆或者当它在果岭上跳了两次之后终于滚入了球洞的那个瞬间。就在这一瞬，即使是最差的业余球手也获得了可以与尼克·费度或者塞福里安诺·巴雷斯特罗斯平起平坐的机会。

高尔夫拥有优于其他运动项目的差点系统。这个系统使得实力相差悬殊的选手能够参与到同一竞技比赛中，而且可以使男女同赛。这是高尔夫的最大价值所在。

高尔夫运动历史悠久，但没有谁能确切地说出高尔夫兴起于何处，是谁击出了第一个球。关于它

的起源大家说法不一。本书的第一章简要地展示了高尔夫的历史。接下来的几章将介绍一些世界著名的高尔夫球场，以及一些重大赛事和优秀的高尔夫选手。这里没有明确列出优秀选手的名单，因为人们将会对此争论不休。那些真正伟大的球手

已经荣获了各大赛事冠军，他们的成绩可以证明一切。

高尔夫球场通常位于风景秀丽的地方，比如说奥古斯塔、柏树岬、波特马诺克。但大多数球手都认为最好的球场是位于高尔夫起源地——苏格兰的海滨球场。这里拥有完好的粗草区，而且还可以享受海风的吹拂。这就是高尔夫最大的魅力所在。

安东尼·阿萨



● 获得过公开赛冠军的世界顶级球手们。

● 左页图：一张旧公告画上的妨碍球。1951年，妨碍球被废除。





高尔夫的起源与演变

高尔夫究竟起源于何时何地似乎难以考证，其发展的最初几百年的历史似乎都是不确定的。但是可以肯定的是，从18世纪以后，高尔夫的流传范围越来越广。

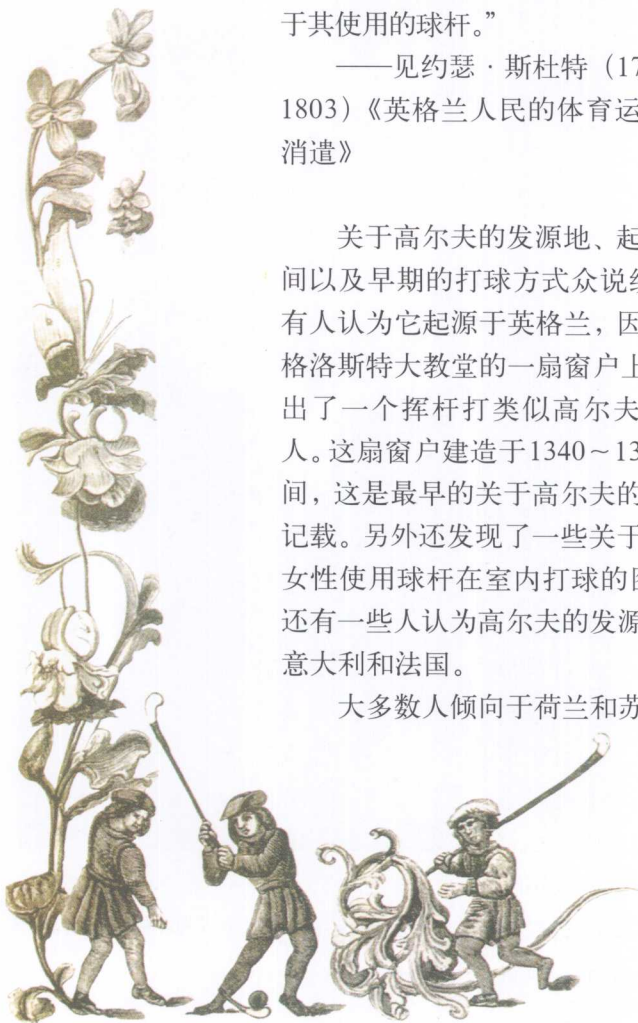


● 1898年4月号《哈泼斯》封面上一位衣着整齐且信心十足的高尔夫球手。

● 哈罗德·希尔顿的画像。他曾获得英国公开赛、英国业余锦标赛和美国业余锦标赛冠军，而且还是《高尔夫月刊》的首位编辑。

高尔夫的起源

● 中世纪手稿中一幅描绘高尔夫或曲棍球的插图。



“这正好与罗马人的一种简单的乡村游戏相类似。这是一种叫做帕哥尼卡(Paganica)的游戏，它使用一种内部塞满羽毛的皮革球，与现今的高尔夫球所用的材料相同。爱德华三世(1327~1377)统治期间，以拉丁文命名该游戏为甘布卡(Cambuca)，无疑该名字得自于其使用的球杆。”

——见约瑟·斯杜特(1749~1803)《英格兰人民的体育运动及消遣》

关于高尔夫的发源地、起源时间以及早期的打球方式众说纷纭。有人认为它起源于英格兰，因为在格洛斯特大教堂的一扇窗户上，绘出了一个挥杆打类似高尔夫球的人。这扇窗户建造于1340~1350年间，这是最早的关于高尔夫的图片记载。另外还发现了一些关于日本女性使用球杆在室内打球的图画。还有一些人认为高尔夫的发源地为意大利和法国。

大多数人倾向于荷兰和苏格兰

起源说。荷兰历史学家温·汗格尔宣称高尔夫源自荷兰的一种叫做“spel metten kolve”的游戏，后来缩写为“het kolve”或“kolf”。1297年，为了纪念克伦恩伯格城堡的浮雕，首次在只有4个球洞的球场上进行了此项运动。当时一般以门、风车、厨房、户外小屋以及城堡作为球洞，大量资料都证明了在荷兰此类游戏大受欢迎。不管是在城市（在城市此类游戏曾被禁止）还是乡村，冬天人们都喜欢在冰场上玩“kolf”。温·汗格尔认为14世纪荷兰船员在与苏格兰进行贸易往来期间把球杆带到了列斯，因此是这些船员将此项运动传到了苏格兰。该理论之所以成立，是因为早期的高尔夫球是一个塞满羽毛的皮革球，而这些羽毛是16世纪时苏格兰从荷兰进口的。苏格兰的“golf”和荷兰的“kolf”之间也许有某种相通之处，但是同时它们也有许多相异之处。当荷兰的高尔夫球手仍将球击向柱子时，300年之前的苏格兰球手就已经击球入洞了。因此多



● 14世纪祷告书中的一幅插图。两个男子正在玩一种有球和杆的游戏，这可能是早期的高尔夫运动。



数人更愿意相信高尔夫起源于苏格兰的列斯和丹巴之间的福斯湾南岸的狭长陆地。但是此方面的书面记载却寥寥无几。有记载说1452年时每个高尔夫球的价钱是10个苏格兰先令。当高尔夫正风靡整个苏格兰的时候，1457年3月6日詹姆斯二世的第十四次会议颁布了一项禁止玩足球和高尔夫球的法令。詹姆斯四世于1491年又重申了此禁令：“禁止玩与国家利益和防御无关的足球、高尔夫球。”因为足球和高尔夫球妨碍了苏格兰青年演练苏格兰“国术”——射箭（当时练习射箭是为了抵御英格兰的入侵）。

而10年后连苏格兰国王詹姆斯四世自己也嗜高尔夫球成癖，成了高尔夫球场的常客。1502年，

在皇室财务主管的账目中有购买球杆的记录。还有记载说，国王在1504年曾与博斯威尔伯爵进行了一场高尔夫比赛。皇室之间的通婚把高尔夫带到了英格兰和法国。詹姆斯五世的女儿玛丽女王嫁给法国皇太子弗朗索瓦后，她喜欢让军校里的学生为她背球包，这些军校生便成为了早期的球童。玛丽女王打高尔夫球的兴致使她声名狼藉，因她的丈夫达恩雷公爵在1567年刚被谋杀没几天，她就迫不及待地去玩高尔夫。

高尔夫起源方面最引人注目的是1886年沃尔特·辛普森提出的观点。他认为，一个苏格兰的牧羊人在放羊时，用牧羊棍击石子取乐，一次偶然把石子击入远方的兔子窝

● 认为荷兰是高尔夫球的起源地是基于与此图相类似的一些绘画作品，它们展示了一些滑冰人在冰上玩一种称为“kolf”的游戏。



● 早期的高尔夫球手。





● 新尼球是曲棍球的一种形式，大家可以随意击球，它和高尔夫一样都是用棍击球。

里，顿时他觉得这种“击石入窝”的游戏非常吸引人，以后，他就经常约伙伴一同嬉戏。游戏得到了人们的喜爱和欢迎，因此这种活动逐渐流行了起来，这就是高尔夫球的雏形。这种说法似乎有点奇异，但也是有一定道理的。从用棍击石或球中得到乐趣是一种本能的反应，后来牧羊人的牧羊棍演化成球杆，而石子或硬木球逐渐被塞满羽毛的小球所取代。随着时间的推移，高尔夫这项运动也在不断地发展。

● 手持高尔夫球杆的玛丽女王。当她嫁到法国后，让军校生为她拿球杆，这就是早期的球童。



到15世纪中叶，高尔夫已经风行了整个苏格兰。早期的球场建在列斯（位于爱丁堡附近的福斯湾）和布伦慈菲尔德市中心，16世纪又增加了圣安德鲁斯球场、帕斯球场、蒙特罗斯球场、多纳克球场、班夫球场、北岛球场和阿伯丁球场。高尔夫球与足球一起成了风靡全国的运动项目。玛丽女王的儿子詹姆斯六世于1603年登上王位成为英格兰国王之后，常和大臣们在伦敦东南的布莱克海斯玩高尔夫球。因此布莱克海斯球场成为英格兰第一个高尔夫球场，而1766年成立的布莱克海斯皇家高尔夫俱乐部就成为英格兰第一个高尔夫俱乐部。

早期球场的大小各不相同，而且存在很大的差别。那时候人们去教堂做礼拜还是强制性的，而且还在那里练习射箭。当被禁止

在海滨球场玩高尔夫球时，人们聚集在教堂庭院里玩。当时每个球洞的长度为45~90米，使用一支球杆击球入洞。

起初教会允许传道以外的时间在教堂进行此类活动，但是到了16世纪末，教会方面态度逐渐强硬，禁止做礼拜时玩高尔夫球。一项关于列斯北部的柯克塞申教堂的记录写道：“1608年2月11日，约翰·亨利、帕特·博古、詹姆斯·柯德、乔治·罗伯特苏恩和詹姆斯·沃特苏恩被控告在传道期间不顾教堂的多次警告去玩高尔夫球，因此被判入狱。”

海滨球场面积不同，球洞数量也不同。列斯最早的球场有5个球洞，长度分别为378米、420米、389米、452米和398米。那时使用的是长鼻杆头球杆和羽毛球，高尔夫球手要经过多次击球才能将球击入这5个洞中。早期的布莱克海斯球场有7个球洞，而圣安德鲁斯球场有22个球洞，分为前11洞和后11洞。1764



在列斯海滨球场打高尔夫时，英格兰国王查理一世得知了爱尔兰叛乱的消息。

年，威廉·克莱尔用121杆打完了22洞。后来前4洞被减少为2个洞，为的是提高平均成绩。因为原来是相同的球洞被前后各打一次，所以球洞减少到了18个，这就变成了高尔夫球场的标准洞数。一般来说，这些球洞排列在一条线上，球手会在同一个球洞打两次，一次向外打，一次往回打。

虽然由于球道的扩展球场显得有些拥挤，但是这促成了圣安德鲁斯球场的双洞果岭（两个旗杆洞共用一个推杆果岭，通常两个球洞方向相反）的形成。

圣安德鲁斯球场的7号洞和11号洞。





● 爱丁堡高尔夫球员贵友联合会的成员们带着他们的球杆与球在列队前进。

随着高尔夫的日渐风行，其排外性也越来越强。从1735年开始，人们开始组成俱乐部。爱丁堡皇家伯吉斯团体是这一年组成的第一个高尔夫俱乐部，紧接着是1744年的爱丁堡高尔夫球员贵友联合会和1754年的圣安德鲁斯皇家古代高尔夫俱乐部。在爱丁堡高尔夫球员贵友联合会成立的那年，他们请求爱丁堡市政厅为他们将要进行的比赛设立一个奖项。奖品是一柄银质高尔夫球杆，赢得第一届官方举行的高尔夫球赛的是约翰·瑞崔——爱丁堡著名的外科医生。1745年的普雷斯顿潘之战后，约翰·瑞崔曾护理过伤员，后来他在卡伦顿战役中被俘。

人们制定了比赛规则，而且在此之后的第二年通过了圣安德鲁斯皇家古老高尔夫俱乐部制定的列斯



● 18世纪中叶的一名高尔夫球手，看上去他很可能漏击此球。



法规中的13条规则。这些规则中的大部分今天仍在沿用,而且仍然发挥着非常重要的作用。主要规则如下:规则7——在推球入洞时,要诚实地打自己的球,不要做小动作,如使自己的球碰对方的球;规则5——如果你的球落水或落入沼泽,你可以将球取出放在水障碍后开球,并因此让对手一杆(最早的加罚一杆规定);规则9——在推球入洞时,不允许任何人用球杆或其他物体来为他的球路做标记;规则12——距离洞最远的球手应最先击球。这些规则延续至今。

在接下来的几百年中,高尔夫在不断地演化发展着。但是,在18世纪末19世纪初这段时期,它的受欢迎程度大不如前,打高尔夫球的人数大大下降,而且许多苏格兰早期的俱乐部也都解散了。甚至圣安德鲁斯人民为了保留其在老球场打球的权利而不得不与上议院发生了纠纷,因为当时的兔子养殖对老球场造成了干扰。很难说清楚这种情况发生的原因,也许是法国大革命的爆发使得人们意识到了贫富差距的存在。先前的高尔夫是一种平民化的游戏,而此时却变成了绅士们的特权,因此也就不再像以前那么风行了。1745~1746年苏格兰叛乱之后,许多贵族都流放在外或者转移到伦敦及其南部地区。一般来说,在拿破仑发动战争期间通货膨胀非常严重,迫切需要食物,因此高尔夫球场都被改做了麦田或是作为建筑用地来满足工业革命初期涌入城



● 布莱克海斯的高尔夫球手——威廉姆·伊尼士。

镇的人群的住房需求。通货膨胀使得球场的经营状况大不如前。不管怎么样,这只是暂时的。1850年,高尔夫重振雄风,它重新登上了苏格兰第一国家消遣运动的宝座,而且随着苏格兰人移民到世界各地,高尔夫也被带到了英格兰、欧洲大陆以及其他地方。

● 圣安德鲁斯球场的1号果岭。这是1798年弗兰克·帕特的一幅版画。

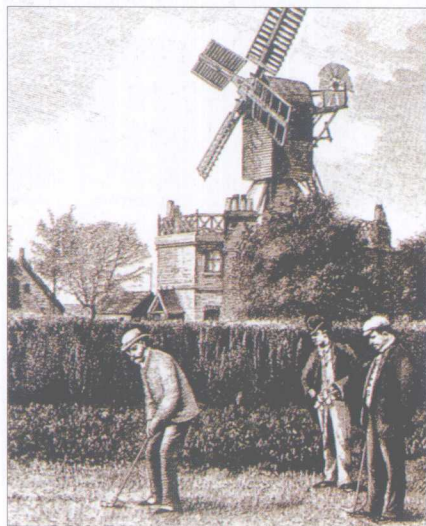


19 世纪末的高尔夫

19 世纪后半期，高尔夫已经扩展到了整个大不列颠群岛，从那里又传到了英帝国的殖民地，最后到达了美国。高尔夫的传播是由多个事件促成的，这些事件分别是：古塔球（这是 1848 年发明的高尔夫球，由古塔波胶制成，古塔波胶是一种由马来西亚的橡胶树种的乳液所制成的橡皮似的物质）的发明，这种高尔夫球不仅价格低廉而且供应量很大；球杆的批量生产；铁路的使

用使人们的出行更加方便。便捷的交通增加了人们出外度假的机会。为了吸引夏日游客，很多海边的旅游胜地都仿照福斯湾的丹巴和北伯威克的老球场修建了高尔夫球场。

高尔夫的风靡是非常具有戏剧性的。1850 年时英国有 24 家高尔夫俱乐部，而到 1900 年已增加到 1 200 家。英国的第一个海滨球场是位于德文郡北部的韦斯特沃德霍球场，是 1864 年由老汤姆·莫里斯设计的，这里也是英国三大高尔夫球手之一约翰·亨利·泰勒所属的球场。紧接着在英国东南海岸也建造了球场。1887 年，肯特郡建起了皇家圣乔治球场，1904 年，在此又建成了它的姐妹球场——王子球场。位于萨福的奥尔德堡球场和萨斯沃尔德球场都建成于 1884 年，两年后海岸北部的大雅茅斯球场也建成了。1869 年，兰开夏郡建立了皇家利物浦高尔夫俱乐部，它是英国最早的高尔夫俱乐部之一。1877 年，赫多克公园的高尔夫球场也建成了。皇



● 右图：1890 年在温布顿园区打高尔夫的人。

● 下图：1887 年法国波城的高尔夫球手们。





1867年列斯公开赛中的苏格兰职业球手。

家伯克代尔球场、皇家里赛姆球场和圣安妮球场的建造也分别于1889年和1886年完成了，它们都是锦标赛球场。

英国度假者把高尔夫带到了欧洲大陆。1856年，法国比利牛斯山附近的波城建立了欧洲大陆第一个高尔夫俱乐部，之后比利时的皇家安特卫普高尔夫俱乐部于1888年成立。1910年，当皇家安特卫普俱乐部向凯珀琳博斯迁移时，小威利·帕克被聘请为新球场的设计师。

随着苏格兰人不断移居海外，高尔夫也被传入了英帝国的殖民地。最早的海外高尔夫俱乐部建在印度，分别是成立于1829年的皇家加尔各答高尔夫俱乐部和1842年的孟买皇家高尔夫俱乐部。新西兰的基督城

皇家高尔夫俱乐部和奥塔哥俱乐部分别成立于1867年和1871年。据说早在1870年澳大利亚就开始打高尔夫了，但是直到1891年才建立了第一个高尔夫俱乐部——墨尔本皇家高尔夫俱乐部，紧接着阿德莱德皇家高尔夫俱乐部和悉尼皇家高尔夫俱乐部分别在1892年和1893年被建成。1844年，毛里求斯也建立了一个高尔夫俱乐部。到1889年，香港皇家高尔夫俱乐部也已建成。高尔夫也必然会传入加拿大——一个与苏格兰有千丝万缕联系的国家，这里有成立于1873年的蒙特利尔皇家高尔夫俱乐部和1875年的魁北克皇家高尔夫俱乐部。1885年，南非建立了皇家开普高尔夫俱乐部。

令人吃惊的是高尔夫传到美国



海边球洞。这是1889年的一幅版画。

