CON DUMMIES ES MÁS FÁCIL



## Golf

## dummies

Descubre las técnicas para perfeccionar tu swing

Sortea las dificultades y errores comunes con trucos y ejercicios

Escoge los mejores palos y accesorios según tus necesidades

**Gary McCord** 

Campeón del PGA Champions Tour



# Golf dummies

**Gary McCord** 

dummies

Edición publicada mediante acuerdo con Wiley Publishing, Inc. ...For Dummies, el señor Dummy y los logos de Wiley Publishing, Inc. son marcas registradas utilizadas con licencia exclusiva de Wiley Publishing, Inc.

Título original: Golf For Dummies

© Gary McCord, 2012

© de la traducción: Maria Mercedes Correa

© Centro Libros PAPF, SLU, 2012, 2019 Grupo Planeta Avda. Diagonal, 662-664 08034 – Barcelona

No se permite la reproducción total o parcial de este libro, ni su incorporación a un sistema informático, ni su transmisión en cualquier forma o por cualquier medio, sea éste electrónico, mecánico, por fotocopia, por grabación u otros métodos, sin el permiso previo y por escrito del editor.

La infracción de los derechos mencionados puede ser constitutiva de delito contra la propiedad intelectual (Art. 270 y siguientes del Código Penal).

Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra. Puede contactar con CEDRO a través

ISBN: 978-84-329-0554-4 Depósito legal: B. 15.814-2019

de la web www.conlicencia.com o por teléfono en el 91 702 19 70 / 93 272 04 47.

Primera edición: abril de 2012 Primera edición en esta presentación: junio de 2019 Preimpresión: gama sl Impresión: Black Print

> Impreso en España - Printed in Spain www.dummies.es www.planetadelibros.com

## **Sumario**

roducción	1
Sobre este libro	
Convenciones usadas en este libro	
Información que no es necesario leer	3
Suposiciones básicas	
Cómo está organizado este libro	3
Parte I: El comienzo: todavía no es hora de jugar	
Parte II: El swing, sus secretos y sus maravillas	
Parte III: Errores comunes y soluciones fáciles	
Parte IV: El golf como actividad social	
Parte V: El golf fuera del campo	5
Parte VI: Los decálogos	
Parte VII: Apéndices	5
Iconos usados en este libro	5
Y ¿ahora qué sigue?	6
te I: El comienzo: todavía no es hora de jug	gar
apítulo 1: ¿Por qué jugar al golf?	
•	9
apítulo 1: ¿Por qué jugar al golf? Cómo empezó todo: los orígenes del golf ¿Por qué jugar al golf?	9 9
apítulo 1: ¿Por qué jugar al golf? Cómo empezó todo: los orígenes del golf	9 9
Cómo empezó todo: los orígenes del golf	9 
Cómo empezó todo: los orígenes del golf	9
Cómo empezó todo: los orígenes del golf	9
Cómo empezó todo: los orígenes del golf	9
Cómo empezó todo: los orígenes del golf	9 10 11 13 14 15 <b>17</b>
apítulo 1: ¿Por qué jugar al golf?  Cómo empezó todo: los orígenes del golf. ¿Por qué jugar al golf? Un campo de golf típico. Un juego de-mente. Cómo convertirse en un verdadero golfista. Una vida dedicada al golf.  apítulo 2: Cómo escoger tus armas ¿Cuánto me va a costar todo esto?	9 10 11 13 14 15 <b>17</b>
apítulo 1: ¿Por qué jugar al golf?  Cómo empezó todo: los orígenes del golf. ¿Por qué jugar al golf? Un campo de golf típico. Un juego de-mente. Cómo convertirse en un verdadero golfista. Una vida dedicada al golf.  apítulo 2: Cómo escoger tus armas ¿Cuánto me va a costar todo esto? Un approach en ascenso.	9 10 11 13 14 15 <b>17</b> 17 18
apítulo 1: ¿Por qué jugar al golf?  Cómo empezó todo: los orígenes del golf. ¿Por qué jugar al golf? Un campo de golf típico Un juego de-mente Cómo convertirse en un verdadero golfista Una vida dedicada al golf.  apítulo 2: Cómo escoger tus armas ¿Cuánto me va a costar todo esto? Un approach en ascenso El golf y su presupuesto	9 10 11 13 14 15 17 17 18
apítulo 1: ¿Por qué jugar al golf?  Cómo empezó todo: los orígenes del golf. ¿Por qué jugar al golf? Un campo de golf típico. Un juego de-mente. Cómo convertirse en un verdadero golfista. Una vida dedicada al golf.  apítulo 2: Cómo escoger tus armas ¿Cuánto me va a costar todo esto? Un approach en ascenso.	9 10 11 13 14 15 17 18 18
apítulo 1: ¿Por qué jugar al golf?  Cómo empezó todo: los orígenes del golf. ¿Por qué jugar al golf? Un campo de golf típico. Un juego de-mente. Cómo convertirse en un verdadero golfista. Una vida dedicada al golf.  apítulo 2: Cómo escoger tus armas ¿Cuánto me va a costar todo esto? Un approach en ascenso. El golf y su presupuesto. Las bolas de golf: una cuestión delicada. Cómo escoger tus armas.	
apítulo 1: ¿Por qué jugar al golf?  Cómo empezó todo: los orígenes del golf. ¿Por qué jugar al golf? Un campo de golf típico Un juego de-mente Cómo convertirse en un verdadero golfista Una vida dedicada al golf.  apítulo 2: Cómo escoger tus armas ¿Cuánto me va a costar todo esto? Un approach en ascenso El golf y su presupuesto Las bolas de golf: una cuestión delicada Cómo escoger tus armas Busca unos palos que te sirvan para comenzar Uno, dos, tres, probando, probando	
apítulo 1: ¿Por qué jugar al golf?  Cómo empezó todo: los orígenes del golf. ¿Por qué jugar al golf? Un campo de golf típico. Un juego de-mente. Cómo convertirse en un verdadero golfista. Una vida dedicada al golf.  apítulo 2: Cómo escoger tus armas ¿Cuánto me va a costar todo esto?. Un approach en ascenso. El golf y su presupuesto. Las bolas de golf: una cuestión delicada Cómo escoger tus armas. Busca unos palos que te sirvan para comenzar.	
apítulo 1: ¿Por qué jugar al golf?  Cómo empezó todo: los orígenes del golf. ¿Por qué jugar al golf? Un campo de golf típico Un juego de-mente Cómo convertirse en un verdadero golfista Una vida dedicada al golf.  apítulo 2: Cómo escoger tus armas ¿Cuánto me va a costar todo esto? Un approach en ascenso El golf y su presupuesto Las bolas de golf: una cuestión delicada Cómo escoger tus armas Busca unos palos que te sirvan para comenzar Uno, dos, tres, probando, probando	
apítulo 1: ¿Por qué jugar al golf?  Cómo empezó todo: los orígenes del golf. ¿Por qué jugar al golf? Un campo de golf típico Un juego de-mente. Cómo convertirse en un verdadero golfista. Una vida dedicada al golf.  apítulo 2: Cómo escoger tus armas ¿Cuánto me va a costar todo esto? Un approach en ascenso. El golf y su presupuesto. Las bolas de golf: una cuestión delicada Cómo escoger tus armas.  Busca unos palos que te sirvan para comenzar Uno, dos, tres, probando, probando Construye tus propios palos	

Tradición frente a tecnología: el coqueteo con el éxito	
¡A probar los palos y las pelotas modernas!	
¿Qué nos espera en el futuro?	32
La ropa: ¿cómo se viste un profesional?	35
Los accesorios necesarios	36
Capítulo 3: ¿Necesito clases?	39
Determinar en qué áreas necesitas trabajar	40
Dónde tomar clases	42
Las escuelas de golf	42
Los campos de prácticas	43
Los clubes locales	43
Una clase jugando	
Sacar el mayor provecho de las clases	
Sé honesto	46
Escucha	
Deja a un lado las dudas	
Haz preguntas	
Mantén la calma	
Otras fuentes de información sobre el golf	
Libros de golf que son casi tan buenos como éste	
Revistas mensuales	
Vídeos y DVD: la acción tal cual	
Aparatos didácticos	51
Capítulo 4: Estar en forma para jugar al golf	55
¿Por qué tantos nuevos golfistas se dan por vencidos?	56
Cinco secretos para alcanzar el éxito	57
Las claves para mantenerse en forma	
La función depende de la complexión	58
El entrenamiento mejora la complexión física	59
Los programas de ejercicios deben estar orientados al golf	
y deberían ser personalizados	
Tests y ejercicios	61
Test 1: El palo en la columna vertebral	
Test 2: Equilibrio en posición erguida	
Test 3: Rotación del tronco en una silla	
Test 4: Rotación de las caderas en una silla	75
Capítulo 5: Dónde y con quién jugar	79
¿Dónde jugamos?	79
Los campos de prácticas	
Los campos públicos	
Reglamento sobre las reservas	
regianiento sobre las reservas	01

Los campos de los complejos turísticos	83
Descuentos en membrecías y green fees	
¿Cómo acceder a un club de golf?	84
Cómo ahorrar en los complejos turísticos y en los campos públicos	
Qué hacer para no desentonar en el campo	85
Cuando tú eres el peor del grupo	87
¡Muévete!	87
Busca tu bola	
No te quejes y no analices tu swing	88
Cuando tú no eres el peor del grupo	
Las relaciones con gente desagradable	88
Con quién no conviene jugar	89
Cómo sobrevivir	89
rte II: El swing, sus secretos y sus maravillas Capítulo 6: El swing lo es todo	
Comprender las bases del swing	
Diferencias individuales en los golpes	
El vuelo: La pelota alta en el cielo	
Golpear la bola	
Elevar la bola al aire	
Generar energía	
Cómo se hace un swing	
El grip	
El grip de Vardon	103
El grip de dedos entrelazados	
El grip con diez dedos	
Completar el grip	
Apuntar	
El stance	
La flexión de las rodillas	
La posición de la bola	109
El punto más bajo del arco del swing	
Los ojos	
A una mano de distancia	
El swing paso a paso	
Los miniswings: las manos y los brazos	115
Música y ritmo	
¡Desenróllate!	
Las partes conforman el todo	
Menear el palo para preparar el swing	
Visualizar los golpes	
Un swing casi perfecto. ¡Sí, ese soy yo!	100

Capítulo 7: El perfeccionamiento del swing	125
¿Qué tipo de golfista eres?	126
Identificar el plano del swing	
Algunos puntos cruciales	
El punto más alto	
Ir con coraje hacia adonde otros ya han ido: Copiar los mejores swings	
Mirar a los demás	
Capítulo 8: Más juego corto: el chip y el pitch	135
Momentos buenos y momentos malos	135
La técnica del pitch	138
El secreto del chip	
Escoge un punto	
Elige el palo adecuado	
La ubicación y el instinto	
El golpe para chipear	
Capítulo 9: El putting y su importancia capital	147
Seguir siendo uno mismo	
La mente y su poder	
El palo más importante de la bolsa	
Elegir el putter según la forma del golpe	
Putters de alta tecnología	
Putters largos y belly putters: una larga historia	152
Los putters largos	152
Los belly putters	153
La producción del golpe	153
El grip para patear	153
La mano izquierda abajo	155
La "garra"	
La postura para patear	
La línea del objetivo	
La colocación correcta	
Vamos a ajustar el largo del swing al putt	
La velocidad del putt	
La inclinación del green	164
La dirección del tejido fibroso de la hierba	
El ritmo en los putts largos	
La dificultad de los putts cortos	
El tabú de los yips	
"Sidesaddling Up": patear de frente	
El arte de apuntar correctamente	
Una línea imaginaria	
La necesaria velocidad del putt	
Puntos del recorrido	177

Capítulo 10: El juego en la arena: es fácil (¡de verdad!)	179
Un bunker, pero no de guerra	179
El problema de jugar en la arena	
Las características del palo	
Lluvia de arena	
¡Enterrada viva!	186
Parte III: Errores comunes y soluciones fáciles	189
Capítulo 11: Algunos problemas típicos	191
Para jugar mejor al golf: usa la cabeza	192
Identificar los errores comunes del swing	
Dos efectos perniciosos: el slice y el hook	
Dar golpes desde arriba	
Pivote invertido	
Inclinarse a la derecha	
Muchas caderas	
Un swing demasiado corto	
Un swing demasiado largo	
Sortear las dificultades del tee de salida	
Levantar demasiado la bola en el tee de salida	
Poca energía	202
Dirección ante todo: golpear la pelota hacia el objetivo	203
El push	
El pull	
Direcciones múltiples	
Sé sólido: impactar bien la pelota	
Topear la bola	
Golpes de corto vuelo	
Errores en el chipPoco backspin	
Evitar los shanks y los errores más graves	209 200
El shank	
¿No logras embocar un putt?	
Capítulo 12: Cómo hacer frente a la mala suerte y al mal tiemp	
•	
¿Por qué no cortan este césped?	214
El problema de los árboles	
Golpes especiales	
Un golpe a la altura	
Realizar un golpe bajo	
Ubicación en una pendiente	
Obicación do ana penalente	413

#### Golf para Dummies \_\_\_\_\_

Salir de los divots o chuletas	221
Lo que el viento se llevó	223
Jugando bajo la lluvia	
El equipo adecuado para enfrentarse al agua	
El agua en el campo	
Un juego para todas las estaciones	
La primavera: un tiempo para florecer	
Jugar bajo el sol: la dicha del verano	
El otoño: una época ideal para jugar al golf	228
El juego en invierno	
Adapta el juego al invierno	
Adapta tu swing al clima frío	
El golf en interiores	230
Parte IV: El golf como actividad social	233
Capítulo 13: ¡En sus marcas, listos, ya!	235
El calentamiento del cuerpo	235
Calentar para el swing	
Tres estrategias para un juego sensato	
Estrategia 1: No seas demasiado ambicioso	
Estrategia 2: Piensa antes de ejecutar el golpe	243
Estrategia 3: Juega tres hoyos fáciles	245
Conoce tus puntos fuertes y tus puntos débiles	
Vencer el nerviosismo del primer tee	
Formatos o sistemas de juego	
Llevar la puntuación	
La práctica	251
Capítulo 14: Reglas, etiqueta y puntuación	255
Las antiguas reglas de golf	255
Las reglas hoy en día	
Firmar la tarjeta	
El punto de salida (o tee de salida)	
Encontrar una bola perdida	
Dropar la bola	262
Pedir consejo	
La etiqueta: cómo jugar correctamente	
El sistema del hándicap	
Determinar tu hándicap	268
Calcular el hándicap	
Lo que significa el hándicap	
Cómo llevar la puntuación	
El juego por hoyos (o match play)	271
Juego por golpes (o stroke play)	273

274
274
274
275
275
276
277
277
277
278
279
280
281
282 284
284
284
284
284
285
285
285
287
289
289
289
291
292
293
294
295
298
298
298 299
298 299 300
298 299 300

LPGA.com	306
Golf Spain	306
La Web de Golf	
Marca Golf	
Adondejugamos.com	307
Base Golf	307
DEGOLF	308
Asociación de profesionales del golf de España	
Santander Golf Tour (Circuito nacional femenino)	308
Golf Channel Latinoamérica	308
Capítulo 18: Los mejores juegos de golf virtual: Tiger co	ontra
Golden Tee	
El mejor juego: el Tiger Woods PGA Tour	
Los simuladores de golf: ¿muy cerca de la realidad?	313
El fenómeno del Golden Tee	314
	21-
Parte VI: Los decálogos	
Capítulo 19: Diez mandamientos del golf	319
Toma clases de golf	
Usa el palo correcto para llegar al punto deseado	
Si puedes hacer un putt, hazlo	
No muevas mucho la cabeza	
Cuida el campo	
No pierdas el sentido del humor	
Si hay viento, no eleves la bola	
No des clases a tu pareja	321
Usa siempre un tee en los tees de salida	
No te culpes por un mal golpe	
Capítulo 20: Diez campos de golf favoritos	
Pebble Beach (Monterrey, California)	324
Pine Valley (Clementon, Nueva Jersey)	
Cypress Point (Monterrey, California)	
Valderrama (Cádiz, España)	
Pinehurst Nº 2 (Pinehurst, Carolina del Norte)	326
Whistling Straits – Straits Course (Kohler, Wisconsin)	326
Bandon Dunes (Bandon, Oregón)	
Royal Melbourne (Melbourne, Australia)	
La Moraleja I (Madrid, España)	
Long Cove Golf Club (Hilton Head Island, Carolina del Sur)	328

Capítulo 21: Diez jugadores favoritos	329
Seve Ballesteros	329
Walter Hagen	
Fairway Louie	
Phil Mickelson	
Jack Nicklaus	331
Titanic Thompson	
Arnold Palmer	
Sam Snead	
Lee Trevino	332
Tiger Woods	332
Capítulo 22: Las diez jugadoras favoritas de Gary	333
JoAnne Carner	334
Laura Davies	
Juli Inkster	
Nancy Lopez	334
Lorena Ochoa	
Se Ri Pak	
Annika Sorenstam	
Kathy Whitworth	
Mickey Wright	
Babe Zaharias	336
Capítulo 23: Diez (y más) desastres en el mundo del golf	337
Jean Van de Velde, British Open de 1999, en Carnoustie	338
Greg Norman, Masters de 1996	
Gil Morgan, US Open de 1992, en Pebble Beach	
Mark Calcavecchia, Ryder Cup de 1991, en Kiawah Island	340
Patty Sheehan, U.S. Women's Open (abierto femenino) de 1990,	
en el Atlanta Athletic Club	
Scott Hoch, Masters de 1989	
T. C. Chen, US Open de 1985, en Oakland Hills	
Jerry Pate, World Series of Golf, de 1982, en Ohio	
Tommy Nakajima, Masters de 1978	
Roberto DeVicenzo, Masters de 1968	
Marty Fleckman, US Open de 1967, en Baltusrol	
Arnold Palmer, US Open de 1966, en el Olympic Club	
Arnold Palmer, Open de Los Ángeles de 1961, en Rancho Park	
Billy Joe Patton, Masters de 1954	
Sam Snead, US Open de 1939, en Spring Mill	
KAV AINSIEV US UDEN DE 1938 EN UNETRY HIIIS	.345

Parte VII: Apéndices	347
Apéndice A: Glosario	349
Apéndice B: Federaciones españolas de golf	363
Índice	367

#### Capítulo 1

## ¿Por qué jugar al golf?

#### En este capítulo

- Descubriendo la historia del golf
- ▶¿Por qué el golf es un deporte único?
- ▶ Un campo típico de golf
- Los beneficios de un juego inteligente

Ligolf es un deporte muy sencillo. Hay que golpear una pelota a lo largo de una serie de hoyos, dispuestos en un gran campo rodeado de árboles y naturaleza. Después de llegar al hoyo 18 uno se va al bar a contarle mentiras sobre sus hazañas a todo aquel que no lo haya visto jugar ese día. Si tú eres como el resto de los mortales, jugarás al golf por razones mucho más interesantes que impresionar a extraños crédulos. Jugarás para relajarte, para conocer gente y para gozar del paisaje. Por otra parte, se trata de un deporte donde hay obstáculos. Lo cierto es que este juego no siempre es fácil.

#### Cómo empezó todo: los orígenes del golf

El golf data de la Escocia medieval, en la sombría y neblinosa costa este del reino de Fife, donde Macbeth gobernó durante el siglo XI. Algunos historiadores dicen que el golf empezó con los pastores escoceses, quienes usaban unos bastones largos de madera para embocar piedras en las madrigueras de los conejos. Este *hobby* se hizo tan popular que los escoceses en siglos posteriores jugaban al "gowf" en lugar de practicar la arquería.

La primera referencia al golf apareció en 1457, cuando el rey de Escocia Jacobo II prohibió el "gowf" para que los escoceses se concentraran en su práctica del tiro con arco, la mejor manera de vencer a sus enemigos, los ingleses, en el campo de batalla. El golf estuvo prohibido hasta 1501. A continuación, los descendientes de Jacobo, incluida su tataranieta Mary, Reina de Escocia, se interesaron en este juego. (La verdadera viuda del golf,

escandalizó a Gran Bretaña cuando se la vio jugando al golf en los días posteriores a que su marido, Lord Darnley, fuera asesinado.)

Las pelotas de madera de la época de la Reina Mary dieron origen a las *featheries* —bolsitas de cuero rellenas con plumas de ganso— y luego a las *gutty balls* hechas con goma gutapercha importada a Escocia desde Malasia en la década de los cincuenta. En 1860, uno de los mejores golfistas escoceses, Tom Morris de St. Andrews, colaboró en la organización del primer Campeonato Abierto, el torneo que abrió camino al golf profesional moderno. Los profesionales escoceses emigraron a los Estados Unidos de América y les presentaron el juego a los estadounidenses, y el resto ya es historia. Y frustración. Y diversión.

#### ¿Por qué jugar al golf?

Quizá hayas oído decir que los líderes del mundo de los negocios sólo van a jugar al golf para hacer grandes negocios y para ascender en su carrera. Bueno, tal vez sea una exageración. Ellos, al igual que cualquier otro golfista, pasan la mayor parte del tiempo prestándole atención a la traviesa bolita. Sin embargo, también es cierto que saber jugar al golf puede ayudar a escalar puestos en el mundo empresarial. Es una de las razones para aprender a jugar.

Debo decir, eso sí, que se trata de una de las razones menos importantes. Entre las razones más importantes se cuentan la de compartir con los amigos, mantenerse en forma y disfrutar de un bellísimo paisaje. Todas las pistas de tenis son iguales; en cambio, cada campo de golf es diferente, y muchos están diseñados para resaltar la belleza del entorno. El golf es una actividad tanto mental como física, pues pone a prueba nuestras destrezas corporales y nuestra voluntad.

Además, el golf puede jugarse toda la vida. Mucha gente juega al fútbol o al baloncesto en la secundaria. ¿Cuántos pueden devolver un saque o ganar un rebote a los 30, 40 o 60 años?

La razón más importante para jugar al golf es que se trata de una actividad fascinante. El golf es como un vicio, delicioso y frustrante a la vez. Una vez que el golf haya entrado en tu vida, difícilmente podrás imaginártela sin este deporte.

A mi modo de ver, el golf es el deporte más difícil que existe, por dos razones:

- ✓ La bola no se mueve sola.
- ✔ Dispondrás de un promedio de unos tres minutos entre golpe y golpe.

Mejor dicho, la forma de interactuar con la bola no es la misma que en los demás deportes. Los jugadores de béisbol lanzan y golpean la bola (algunos hasta le ponen un poco de saliva). Los futbolistas patean el balón, lo pasan y lo persiguen por todo el campo. Los jugadores de baloncesto driblan y lanzan la bola, que rebota por todas partes. En cambio, una bola de golf se halla inmóvil y el reto consiste en no perderla.

En la mayoría de deportes se cuenta con un brevísimo instante para reaccionar. Lo que más pesa es el físico del atleta y se actúa según el trayecto que traiga la bola. En el golf, uno tiene mucho tiempo para pensar en lo que va a hacer. A veces, pensar demasiado hace que nos confundamos.

El golf sería mucho más fácil si la bola se moviera un poquito y el golfista pudiera ir en patines. De esta forma podríamos dejar de preocuparnos y reaccionar. Pero si fuera fácil no sería golf, ¿cierto?

#### Un campo de golf típico



La mayoría de campos cuenta con 18 hoyos, aunque algunos solamente tienen 9. Los campos ubicados a orillas del mar reciben el nombre de *links*, en referencia a las regiones de Escocia donde se inventó este juego (en inglés, *link* significa 'enlace' o 'conexión', y estos terrenos eran la conexión entre la playa y las granjas). En la jerga golfística, el *hoyo 19* es el bar del club, el lugar donde uno reflexiona sobre las jugadas del día, tomando su bebida preferida. (En el apéndice A incluimos una lista de palabras comunes en la jerga del golf.)

¿La mayoría de los campos de golf miden entre 5000 y 6400 metros (5500 y 7000 yardas). Algunos monstruos son mucho más largos, pero ésos son para los profesionales que aparecen en la televisión. Empieza por los más cortos y ve ascendiendo poco a poco.

Cada hoyo jugado será un par 3, par 4 o par 5. (Los par 2 son para los campos de minigolf; los par 6 son extremadamente escasos, y están llenos de recovecos.) El *par* hace referencia al número de golpes que un golfista competente necesita dar para jugar un hoyo en particular. Por ejemplo, en un hoyo par 5, el par reglamentario puede estar compuesto de un drive, dos swings completos y dos putts. En todos los greens, el número estándar de putts es dos.



Tres putts es mala cosa. Un putt es una maravilla. Lo importante que hay que recordar aquí es que, en una vuelta perfecta, la mitad de los golpes contemplados se dan en el green. Por eso es tan importante practicar el putt. (En el capítulo 9 me referiré ampliamente al tema del putt.)

Como es lógico, un par 5 es más largo que un par 4 (dos swings completos y dos putts), el cual, a su vez, es más largo que un par 3 (un swing completo y dos putts). Por lo general, los par 3 tienen una longitud que va de 95 a 228 metros (100 a 250 yardas); los par 4 van de 221 a 430 metros (251 a 470 yardas), a menos que la topografía sea muy exigente; y los par 5 tienen entre 430 y 631 metros (471 y 690 yardas).

Muchos campos tienen, en total, un par de 72, que consta de diez pares 4 (40), cuatro pares 3 (12) y cuatro pares 5 (20). Sin embargo, hay campos que tienen pares que van de los 62 a los 74. Como verás, hay una gran variedad. En la tabla 1-1 se muestra la longitud que determina el par de un hoyo, tanto para hombres como para mujeres. Es interesante anotar que dichas medidas no siempre son precisas, sino que hacen referencia a eso que llaman "longitud efectiva de juego" de un hoyo. Por ejemplo, un hoyo de 420 metros (460 yardas) en un terreno ascendente puede ser un par 5 para hombres.

Tabla 1-1: Medidas reglamentarias

	Mujeres	Hombres	
Par 3	192 m o menos	228 m o menos	
Par 4	De 193 a 365 m	De 229 a 429 m	
Par 5	De 366 a 525 m	430 a 630 m	
Par 6	Más de 525 m	Más de 630 m	

Fuente: Asociación de Golf de Estados Unidos

Este es el panorama general. Es bastante usual encontrar varias zonas de tee para cada hoyo, de tal manera que el hoyo se puede jugar en diversas longitudes. La gran mayoría de hoyos tiene más de un punto para el tee: por lo general son cuatro. Incluso he visto campos con seis tees diferentes para cada hoyo. Para no tener que devanarte los sesos pensando qué punto de tee te conviene, los campos indican con colores los tees según la habilidad del golfista:

- ✓ Las bochas negras son aquellas que están más atrás, y están destinadas a los golfistas que realmente saben lo que hacen.
- ✓ Las bochas azules suelen estar ligeramente más adelantadas que las negras. La longitud del hoyo es más corta, pero siguen siendo difíciles de jugar. Las competiciones entre clubes suelen jugarse desde estos tees.
- ✓ Las bochas blancas son para el juego relajado de todos los días, y son las apropiadas para la mayoría de los hombres, los principiantes y los jugadores sénior. Sé prudente y escoge éstas.

Las barras rojas suelen ser usadas por las mujeres o los golfistas más jóvenes, aunque debo reconocer que muchas de las mujeres con quienes juego salen del mismo tee que yo.

#### Un juego de-mente

Para decirlo de manera sencilla, el propósito del golf consiste en meter una pelota en 18 hoyos numerados, dando el menor número posible de golpes, con un máximo de 14 palos. Una vez se ha metido la pelota en todos los hoyos, se suman los puntos correspondientes a cada hoyo. Cuanto más baja sea la puntuación, mejor. En eso consiste el golf.

El interés del juego está en el recorrido. A medida que uno va jugando, va pensando cómo puede meter la bola en cada hoyo, dando el menor número posible de golpes. Los diversos estímulos externos (y en mayor medida, los internos dentro de la cabeza) hacen que el golf sea la tarea más interesante, enloquecedora, desopilante y divertida de tu vida.



Mi mejor consejo es que te tomes las cosas con calma, que seas prudente en tus decisiones y que jamás des un golpe si tienes la cabeza en otra parte. Para jugar al golf se necesita una concentración total y un profundo desprendimiento de sí mismo. Muchas veces, el golfista se ve tentado a realizar hazañas, pero tú debes sopesar hasta dónde llegan tus capacidades y tus habilidades. Tu éxito o tu fracaso dependen exclusivamente de tu juicio: ¿te conviene o no intentar hacer pasar la pelota por encima de un lago hasta llegar al green que se encuentra a 219 metros (240 yardas) de distancia?

No seas ambicioso, juga cada hoyo paso a paso. En la figura 1-1 te indicamos cómo concebir un plan de acción. Primero comienzas en el tee de salida y llegas al punto A. De allí, son 219 metros (240 yardas) al green con una tumba de agua que acecha a la izquierda. Luego, pasas al punto B. Y desde tu nueva posición, pasas al punto C, en el green. Esta opción no siempre funciona —puedes caer al agua con tu segundo golpe al intentar llegar al punto B—, pero es lo más prudente. Y ésta es la clave para jugar al golf.

La puntuación es lo principal. Tal como se explica en los capítulos 8, 9 y 10, la mayoría de los puntos se gana a 91 metros (100 yardas) del hoyo. Si puedes ahorrarte algunos golpes aquí, tu puntuación será más baja que la de la persona cuya única meta es mandar la bola lo más lejos posible. Así pues, practica los putts, el juego en la arena y los golpes cortos mucho más que el drive. De este modo, verás ampliamente recompensados tus esfuerzos y tus amigos tendrán que aplaudir tus progresos.

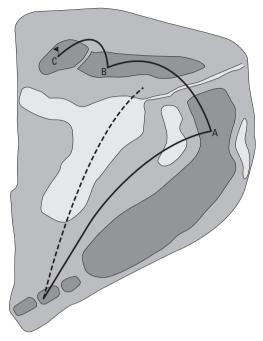


Figura 1-1: Un plan razonable para jugar un hoyo de golf

#### Cómo convertirse en un verdadero golfista

 $\ensuremath{\zeta}$  Qué es un verdadero golfista? Es una persona que cumple, básicamente, con tres requisitos:

- $\checkmark$  Comprende el juego.
- $\checkmark$  Lo juega bastante decentemente.
- ✓ Jamás atenta contra su esencia.

Cualquiera puede golpear una pelota, sin ton ni son, por un campo de golf (ya me imagino a mis colegas diciendo: sí, como tú, McCord), pero eso no lo convierte a uno en un verdadero golfista. Este juego no es simplemente darle a una pelota con un palo.

¿Cómo puedes comenzar tú a convertirte en un verdadero golfista? Muy sencillo: leyendo este libro. Aquí encontrarás toda la información que necesitas para empezar, desde datos sobre el equipo, pasando por instrucciones generales y cómo solucionar problemas comunes, hasta asuntos de etiqueta, etc. En este libro explicaré cuáles son las dificultades que deben afrontar los principiantes (y no me refiero tan sólo a los bunkers) y cómo evitarlas.

Hay que comenzar por comprar los palos y las bolas. No es necesario gastar miles de euros para comenzar. Se puede ir poco a poco: comprar un equipo barato al principio e ir mejorándolo a medida que te vayas aficionando al juego. (En el capítulo 2 encontrarás consejos sobre lo que necesitas para comenzar.)

Después de conseguir tus palos de golf, tendrás que aprender a agarrarlos: la V que se forma entre el pulgar y el índice de la mano que queda encima debe apuntar hacia el hombro derecho del jugador (para diestros; inviértelo si eres zurdo), y el palo debe quedar más entre tus dedos que en la palma de la mano. Parece muy fácil, pero es increíble la cantidad de principiantes que lo hacen incorrectamente, y retardan así su proceso para convertirse en verdaderos golfistas. (En el capítulo 6 encontrarás más información sobre cómo empuñar el palo.)

Una vez hayas aprendido a empuñar el palo, estarás listo para practicar el swing. Y ya te advierto que no es tan fácil como parece. Por esa razón, he dedicado la totalidad del capítulo 7 a explicar cómo desarrollar tu propio swing. También encontrarás información sobre cuándo es tu turno de golpear la pelota (y cuándo no), cómo sumar el score (la puntuación), reglas de etiqueta y sobre otros diversos puntos claves del juego como las apuestas. Muy probablemente habrás oído hablar de la etiqueta del golf, del hándicap, de uno o dos golpes de penalidad, e incluso es posible que hayas escuchado hablar de cosas raras como el approach, la corbata y el Stableford. Si estas palabras no te dicen nada, no te preocupes. En los capítulos de la Parte III encontrarás información importante sobre estos y otros aspectos fundamentales del juego.

#### Una vida dedicada al golf

Cualquier aficionado acérrimo del golf te dirá que no basta con jugar al golf. También está el placer de alimentar tu adicción viendo torneos en televisión, consultando diversas páginas de internet o jugando a videojuegos cuando hace mal tiempo. (Busca en la Parte IV mi guía para el juego fuera del campo.)

Si te pica el bichito del golf, como nos ha ocurrido a millones de personas, no podrás evitar pensar todo el tiempo en birdies, bogeys, eagles u hoyos virtuales. Todas éstas son las cosas que mantienen vivos a los jugadores, cuando no están en un campo de golf pendientes de una bola.

#### Datos históricos interesantes sobre el golf

- Muchos historiadores holandeses, incluyendo a Steven von Hengel, han afirmado que el golf surgió en Holanda, hacia 1297. Una forma del juego, llamada spel meten kolve, también conocida como colf (que significa 'palo'), era muy popular a finales del siglo XIII. Se cree que el colf se jugaba principalmente sobre hielo.
- ✓ El primer libro de instrucciones, escrito por Thomas Kincaid, apareció en 1687. Entre sus consejos aparece lo siguiente: "Mantenga la misma postura del cuerpo durante todo el swing...yla pelota debe ubicarse frente a usted, cerca del pie izquierdo." ¿Cómo lo sabía?
- ✓ En 1743 se envió un cargamento de 432 bolas de golf de Escocia a Charleston, Carolina del Sur. El volumen del cargamento permite suponer que se dirigía a un grupo de golfistas. También es posible que en 1796 se hubiera organizado en Savannah, Georgia, una sociedad o un club de golf, que se desmantelaría más adelante.
- ✓ El primer club de golf, el Royal and Ancient Golf Club of St. Andrews (Escocia), fue fundado en 1754 por 22 "caballeros y nobles admiradores del antiguo y saludable ejercicio del golf". Desde entonces ha crecido tanto en importancia que se ha constituido, junto a la USGA, en el organismo que rige las normas del golf a escala mundial. En España, el golf surgió, como en el resto del planeta, por la influencia británica, siendo el primer club el actual Real Club de Golf de Las Palmas de Gran Canaria, fundado en 1891 y seguido poco después por el Madrid Polo Golf Club (1904), actualmente llamado Puerta de Hierro. Unos años antes, en 1888, había nacido el primer club de golf

- americano, en Yonkers, Nueva York.
- En 1890, Hugh Rotherham acuñó el término bogey. Por aquel entonces quería decir jugar el hoyo con el número perfecto de golpes, lo que hoy llamamos par. Poco después de la invención de la bola Haskell, que hizo posible llegar al hoyo con menos golpes, la palabra bogey pasó a significar un punto por encima del par de un hoyo.
- El término birdie se acuñó más tarde, en 1898, en el Atlantic Country Club. Salió de la frase "a bird of a hole", que sirve para decir que se ha logrado alcanzar una meta difícil.
- ✓ En 1926 se llevó a cabo un juego por hoyos (match play), en el cual participaron miembros de las Asociaciones de Profesionales de Golf de Gran Bretaña y Estados Unidos. El juego se efectuó en Inglaterra y el equipo local dominó por 13¹/² contra 1¹/². Al año siguiente los equipos volvieron a enfrentarse en el Worcester Country Club, sólo que esta vez competían por un trofeo en oro sólido, donado por el acaudalado comerciante británico Samuel A. Ryder. Éste fue el origen de la Copa Ryder.
- En 1933, al financiar el Hershey Open, la compañía de chocolates Hershey se convirtió en el primer patrocinador empresarial de un torneo profesional. Ya lo ven: la culpa es de los muchachos del cacao.
- El origen de las transmisiones de golf por televisión se dio en St. Louis, en el Abierto de Estados Unidos de 1947. Una fecha memorable para la historia del golf y el punto de partida para mi trabajo actual.

#### Capítulo 2

### Cómo escoger tus armas

#### En este capítulo

- ¿De cúanto estamos hablando?
- Escoger una bola de golf
- ► Comprar los palos
- ► Saber qué palo usar
- ▶ Vestirse como un profesional
- ► Comprar accesorios

el golf era "un juego absurdo que se juega con herramientas mal diseñadas para ese fin". Hoy en día los palos son irreconocibles respecto a esas herramientas más bien primitivas que utilizaban Young Tom Morris (uno de los grandes pioneros del golf) y sus colegas escoceses de mediados del siglo XIX, o incluso Churchill medio siglo más tarde. Es cierto que los palos de antaño tenían nombres más románticos: niblick, brassie, spoon y maslue, y son mucho más divertidos que hierro 9, madera3 y hierro1. Pero los equipos de golf contemporáneos son muchísimo mejores.



Hoy en día, no hay ninguna excusa para no disponer de un equipo que se adapte correctamente a tu swing, a tu cuerpo y a tu juego. Hay muchísima información disponible que puede serte de gran ayuda. Ése es, justamente, el propósito de este capítulo: ayudarte a que empieces lo más tranquilo posible.

#### ¿Cuánto me va a costar todo esto?

Échale un vistazo a un *drive* (palo que se usa para la salida del tee) nuevo y brilloso, hecho con aleaciones súper livianas y materiales futuristas. ¿Es hermoso, no? Ahora mira el precio. ¡Ay! Cada año, los drives nuevos

cuestan unos euros más, hoy en día algunos cuestan alrededor de 300 euros o más. Y ése es solo un palo. Necesitarás otros 13 para completar tu bolsa de golf, y la mismísima bolsa puede costarte más de 100 euros. Es sabido que Bill Gates y Donald Trump son ávidos golfistas, pero ¿tienes que ser millonario para poder jugar?

Claro que no. Así como puedes llevar la pelota del tee al hoyo de infinitas maneras, también puedes conseguir el equipo que necesitas, incluida la pelota, de muchas formas.

#### Un approach en ascenso

Si estás planeando gastar un montón de dinero para empezar a jugar, déjame que te diga algo: no lo hagas.

Por cierto, puedes comprar un juego de palos nuevo muy bonito, que se adapte perfectamente a tu swing. Pero si estás empezando a jugar, seguro que tu swing cambiará a medida que vayas avanzando. Uno de los mejores juegos de palos puede costar lo mismo que un coche usado, entonces ¿por qué pagar un dineral por algo que tu progreso dejará obsoleto en breve? También puedes optar por las pelotas de avanzada que usan los profesionales —nosotros las conseguimos gratis—, pero una docena pueden costar 40 euros. Otra vez, es innecesario que hagas este gasto si estás empezando.

La inversión de dinero no garantiza el éxito. Para ello, necesitas un buen swing. Sin embargo, puedes estar tranquilo de que no te arrepentirás en el caso de desembolsar una buena suma de efectivo para comprar algún juego de golf de las mejores marcas actuales. Los equipos de golf han alcanzado su mayor nivel de efectividad.

#### El golf y su presupuesto

Ten en cuenta que los jugadores más avanzados son quienes logran aprovechar al máximo los equipos más caros del mercado. Así como un conductor principiante no necesita un Maserati, los golfistas que empiezan a jugar pueden usar lo que en golf equivaldría a un coche destartalado. Antiguamente, muchos golfistas empezaban con palos heredados. Se solían cortar los palos usados de una madre o de un padre para ajustarlos a la medida del niño. El joven fenómeno podía graduarse con un juego completo salido de una venta de garaje, y si casualmente esos palos se ajustaban al swing y

al físico del niño, el joven podía completar sus estudios con ellos. Y quizá, incluso, podía encontrarse en el camino hacia una larga e invicta carrera en el PGA Tour, ¡como me ocurrió a mí!

La versión actualizada de la venta de garaje es, obviamente, el mercado virtual de internet. (Hablaré sobre mis sitios favoritos de golf en el capítulo 19.) Cuando sabes lo que buscas (y yo te ayudaré a saberlo a lo largo de este libro), puedes encontrar exactamente lo que necesitas, ya sea *on line* o en una tienda de golf, y abuen seguro por una fracción de lo que los señores Gates y Trump pagarían. Si mantienes la cordura, puedes empezar a jugar por la suma de 100 euros.

#### Las bolas de golf: una cuestión delicada

En el transcurso de los años se han producido muchos avances en el mundo del golf, pero quizá nada ha cambiado tanto como la bola. No es una coincidencia que la United States Golf Association (USGA) y el Royal and Ancient Golf Club (R&A) vigilen lo lejos que puede llegar una bola hoy en día. Si estas asociaciones no estuvieran pendientes de esas normas, prácticamente todos los campos de golf del planeta se habrían reducido al pitching y al putting. Todos estaríamos haciendo ejercicios con el putter para mantener nuestra puntuación sobre 50.



A continuación incluimos una lista con las especificaciones que la USGA impone a Titleist, a Callaway, TaylorMade y a los demás fabricantes de bolas de golf:

- ✓ Tamaño: Una bola de golf no debe medir menos de 4,63 cm de diámetro. Las bolas pueden ser tan grandes como se quiera, pero no por más grandes llegarán más lejos; yo, por mi parte, jamás he visto que midan más de 4,63 cm de diámetro.
- ✔ Peso: La bola no debe pesar más de 45,9 gramos.
- ✓ Velocidad: La USGA tiene una máquina para medir la velocidad inicial de una bola cuando es golpeada por el palo. La tarea no es fácil, pues el impacto dura una 450 millonésima parte de segundo, y una buena bola puede viajar a más de 273 kilómetros por hora. Cuando el campeón del long-drive Jamie Sadlowski pega un drive, la pelota sale a 350 kilómetros ¡por hora!

Ninguna bola autorizada debe sobrepasar la velocidad inicial de 76,2 metros por segundo, a una temperatura entre 23 y 25 grados centígrados. Sólo se admite una tolerancia de no más del 2%, lo cual quiere decir que se permite un máximo de 77,7 metros por segundo. Esta regla sirve para

#### Los viejos tiempos del golf

En los inicios del golf, las bolas eran de cuero y estaban rellenas de plumas de ganso hervidas. Una bola de cuero costaba tres veces más que un palo; además, como eran bolas delicadas, los jugadores tenían que llevar de tres a seis bolas a la vez. Las bolas no tenían buen vuelo cuando el tiempo era húmedo (un verdadero problema en Escocia), y el putt con ellas era difícil, pues no eran redondas. Tenían, más bien, la forma de un huevo.

Aunque las bolas de cuero constituveron un avance frente a sus predecesoras, las bolas de madera, el auténtico salto se dio con la gutapercha. En 1848, el reverendo Adam Patterson, de St. Andrews, creó la bola de autapercha. o autty, hecha a partir de la savia de un árbol tropical. Las bolas de golf se hacían calentando la savia, hasta darle la forma deseada. Este invento, y, obviamente, la popularización de los ferrocarriles, contribuyeron a la expansión del golf. Las bolas de gutapercha eran mucho más duraderas que las bolas de cuero rellenas de plumas, y mucho menos costosas. Cuando los golfistas descubrieron que la aerodinámica de las bolas de gutapercha mejoraba con diseños similares al de las zarzamoras (o haciéndoles otras muescas), éstas se convirtieron en las más buscadas en el mercado.

Después de 1900, las bolas Haskell, cuyo núcleo era de caucho, reemplazaron rápidamente a las bolas de gutapercha. Fueron inventadas dos años antes por Coburn Haskell, vecino de Cleveland, y empezó a producirlas la B. F. Goodrich Rubber Company de Akron, Ohio. La bola Haskell tenía un recubrimiento de gutapercha y un núcleo de caucho; llegaba más lejos que sus predecesoras (en promedio, hasta 18 metros más) y era más duradera.

En poco tiempo, estas bolas alcanzaron una gran aceptación, especialmente después de que Alexander "Sandy" Herd venciera a los renombrados Harry Vardon y James Braid, en el British Open de 1902, en Hoylake, Inglaterra, usando la misma bola Haskell para 72 hoyos. Por otro lado, en la actualidad la mayoría de golfistas usan de seis a ocho bolas durante una sola yuelta en un circuito.

La bola Haskell se fue mejorando a lo largo del siglo XX. En 1905, William Taylor inventó la bola con alvéolos. Con ella mejoró el vuelo. pues con este modelo se maximizaba la elevación v se minimizaba la resistencia. Mientras Taylor andaba entretenido con los alvéolos. Elazer Kempshall, en Estados Unidos, y Frank Mingay, en Escocia, hacían cada uno por su cuenta experimentos con bolas de núcleos líquidos. En 1920, la gutapercha empezó a desaparecer del panorama y fue reemplazada por un caucho suave llamado *balata*. Pasaron otros cincuenta años antes de que apareciera una alternativa a las bolas Haskell. En 1972, la compañía Spalding sacó la primera bola de dos capas, la Executive.

En la actualidad, las bolas de varias capas dominan el mercado. (Una bola de tres capas tiene una delgada capa adicional entre el recubrimiento y el núcleo. Las bolas de cuatro capas tienen un núcleo dentro del núcleo. La Penta de TaylorMade tiene un recubrimiento tres "mantos" y un núcleo parecido al planeta Tierra pero sin la lava.) Muchos profesionales utilizan bolas de tres o cuatro capas, cuyas características de dureza en el recubrimiento, ángulo de lanzamiento y velocidad de giro están perfectamente adaptadas a su juego.

- garantizar que las bolas no vayan muy lejos. (Además de prestar atención a las bolas, la USGA se fija en los drivers con cara elástica, para controlar la distancia.)
- ✓ **Distancia:** La distancia es el factor más importante. Durante años, el estándar lo marcó el robot de la USGA llamado Iron Byron (en honor al golfista Byron Nelson). Las bolas golpeadas por Iron Byron no podían ir más allá de 256 metros (280 yardas). Se permitía un margen de tolerancia del 6 %, con lo cual la distancia máxima sería de 271,3 metros (296,8 yardas). Hoy en día, el robot cuenta con la ayuda de los lanzadores de tecnología punta de los laboratorios de la USGA, y el límite superior ha subido a 290 metros (317 yardas).
  - Bueno, eso es porque Iron Byron no conoce a los tipos del PGA Tour. Tiger Woods, Bubba Watson, Dustin Johnson y sus colegas no son normales: por lo general mandan la bola a distancias superiores ¡a los 320 o 365 metros (350 o 400 yardas)!
- ✓ Forma: La bola de golf debe ser redonda. Hace algunos años se puso en el mercado una bola que pesaba más en un lado, pero no pasó la prueba. ¡Mala suerte!

A pesar de estas normas, verás una gran diversidad de marcas si vas a una tienda para golfistas profesionales. Si observas atentamente, notarás que las bolas se clasifican según dos categorías: o bien el fabricante afirma que su producto va más recto y más lejos que todos los demás que existen en el mercado, o dice que su producto le permite al jugador tener más control.

No te dejes abrumar por la abundancia de la oferta. Recuerda que básicamente hay tres tipos de bolas de golf: bolas de una pieza, bolas de dos piezas y bolas de tres piezas. (TaylorMade ofrece ahora una pelota de cinco piezas, la Penta.) Las bolas de una pieza, o capa, sencillamente no valen la pena: son baratas y malas, y suelen usarse sólo en los campos de práctica. Quedan, pues, las bolas de dos capas y las de tres capas.

No te preocupes. Es muy fácil decidir qué bola usar. De hecho, tú ni siquiera necesitas saber qué contienen las bolas de dos o tres capas, o por qué tienen ese número de capas. Déjales eso a los científicos. Tampoco te preocupes demasiado por el ángulo de lanzamiento o por la velocidad de giro. Las bolas de hoy en día son una maravilla de la técnica, diseñadas para que lleguen a la altura deseada y giren lo suficiente como para describir una trayectoria lo más recta posible.



Escoge una bola de dos capas. No le recomendaría a un golfista principiante el uso de una bola de tres capas. Los profesionales y los expertos utilizan estas bolas para tener el máximo control. Durante muchos años, los mejores jugadores usaban unas bolas recubiertas con un material parecido al

caucho llamado *balata*. En la actualidad, muchas bolas de alto rendimiento de tres capas están recubiertas con un material mucho mejor: el elastómero de uretano de alto rendimiento. No te asustes: eso es simplemente una forma elegante de nombrar un plástico bastante caro. Pero no necesitas eso. Mientras seas un principiante, lo que necesitas es una bola buena y duradera. Ahora bien, si tienes dinero para gastar a manos llenas, entonces cómprate una bola de dos capas con surlyn (el *surlyn* es un tipo de caucho —el mismo material que se usa para cubrir los bolos en el bowling—creado por la compañía Dupont). La mayoría de los principiantes utiliza este tipo de bolas. El recubrimiento de las bolas de surlyn es más duro y la velocidad de giro más baja, de modo que el jugador la percibe menos al golpearla, carece de la suavidad que advierte a los mejores jugadores si han golpeado bien la pelota mediante la respuesta táctil. Por este motivo, los mejores golfistas no suelen usarlas. Sin embargo, a menos que las saques del campo, estas bolas duran más. También pueden rodar más lejos.

Las bolas de golf solían venir en tres compresiones: 80, 90 o 100. Las bolas de compresión 80 eran más suaves y las de compresión 100 más duras. Cuando yo era chico, creía que las bolas más duras (de compresión 100) llegaban más lejos. Pues bien, no es así. Todas las bolas llegan lejos si se las golpea adecuadamente, pero cada una es un poco diferente. Ya es una cuestión de preferencia personal el que tú quieras que la sensación de la bola sea fuerte o suave. Lo cierto es que hoy en día no es necesario preocuparse por la compresión, pues ya no es un asunto importante.



Regla de oro: Si sueles golpear pelotas bajas y quieres ganar altura, opta por una pelota de cobertura más blanda. Tus drives girarán a mayor velocidad y lanzarás la pelota a la estratosfera. Si sueles golpear la pelota muy alto, elige una bola *low-trajectory* (de trayectoria baja).



No te dejes arrastrar por el furor de la publicidad. Lo más importante que debes tener presente en el momento de comprar bolas de golf es tu forma de juego, tus tendencias y tus necesidades personales. Un profesional del golf puede ayudarte a determinar cuál es la bola que más te conviene.

#### Cómo escoger tus armas

En los primeros siglos del juego, los jugadores podían llevar todos los palos que quisieran. Sin embargo, desde 1938, el límite son 14 palos. Esos palos vienen en las siguientes variedades:

✓ Driver: El driver, el palo de cabeza grande con la vara más larga, es el que se usa para golpear la pelota en el tee de salida en todos los hoyos, excepto los más cortos.

- ✓ Maderas: Las maderas son palos con loft (el loft es el ángulo de la cara del palo) que reciben este nombre porque solían tener la cabeza de madera. Estos palos son numerados, y encontramos desde la madera 2 y la madera 3, hasta palos con mayor loft como las maderas 9 y 11. Hoy en día la cabeza de casi todas las maderas es de hierro o titanio.
- ✓ Hierros: Los hierros por lo general tienen más loft que la mayoría de las maderas; se los suele usar para hacer tiros desde el fairway (área de césped más corto entre el tee de salida y el green) o el rough (los laterales del fairway y del green, donde el césped es más largo) hasta el green. Estos incluyen los wedges (hierros cortos con mucho loft), que sirven para hacer tiros altos desde el fairway, el rough o la arena.
- Híbridos: Los híbridos, a veces llamados también palos utilitarios o de rescate, son una mezcla entre las maderas y los hierros.
- ✔ Putter: El putter se usa para hacer rodar la pelota hasta el hoyo.

Decidir con qué palos vas a jugar puede ser tan simple o tan complicado como tú quieras. Puedes ir a cualquier almacén atendido por personal no especializado y comprar los primeros palos que te ofrezcan y llevártelos al tee. También puedes conseguirlos de segunda mano o por internet. O puedes pedirle asesoramiento a un profesional conocido. Cualquiera de estos métodos funciona. Sin embargo, con ellos, las probabilidades de encontrar palos que tengan las características correctas de loft, lie, tamaño de empuñadura y demás aspectos relacionados con la eficacia son bastante remotas. ¡Con decirte que yo tengo más probabilidades de convertirme en cantante de ópera!

Una vez dicho esto, debo añadir que hasta hace relativamente poco la compra de los palos se hacía sin mucha sofisticación. Los mejores jugadores levantaban el palo al aire y así sabían si les convenía o no. ¡Un método poco científico, a decir verdad! En las siguientes secciones encontrarás opciones para armar tu juego de palos.

Si apenas estás comenzando a jugar al golf, ten presente que puedes llegar a descubrir que el golf no es para ti. Comienza con palos alquilados en un campo de prácticas: en casi todos ellos los alquilan. Ve y prueba distintos palos para tener una sensación de lo que necesitas. Podrás comprarte tus propios palos cuando sea el momento indicado.



Las mujeres y los niños deberían evitar usar los palos de hombres, que pueden ser demasiado largos o pesados para ellos. Eso sólo los frustrará. Los niños deberían empezar con palos para niños y las mujeres con palos para mujeres.



## Busca unos palos que te sirvan para comenzar

Si estás empezando (y ya has jugado con palos alquilados en un campo de práctica), cómprate unos palos baratos y úsalos durante el período de ajuste. Estás aprendiendo a jugar, así es que todavía no es el momento de tomar grandes decisiones respecto al tipo de palos que debes comprar. Si estás atento a lo que se dice a tu alrededor en el campo de práctica o en el campo de golf, tal vez te enteres de alguien que quiera vender su equipo. También puedes preguntar si alguien sabe de equipos no muy caros que estén a la venta. Por supuesto, también puedes consultar internet, que es el mercado de golf de más rápido crecimiento. Aquí puedes sacar a relucir tus mejores dotes de sabueso y buscar las mejores gangas. Para comenzar, compra un equipo barato, pero presta atención a la longitud y al peso de los palos de golf: ya tendrás tiempo de comprarte un equipo de óptima calidad.



Te encuentras en la etapa experimental, así que practica con toda clase de palos: con varillas de acero, con varillas de grafito (que son más ligeras y, por lo tanto, facilitan el swing), con cabezas grandes, palos que se hacen con la técnica de la inyección (se vierte metal caliente en un molde), palos que se hacen con la técnica de la forja (se emplea una sola pieza de metal), o palos con una cavidad en la parte posterior del hierro. En realidad, hay muchísimo donde escoger.

No seas tímido y pídeles a tus amigos que te dejen ensayar algunos golpes con sus palos. Yo lo hago todo el tiempo, especialmente cuando sacan un nuevo producto al mercado. Prueba los palos para ver si te sientes a gusto con ellos. Ahora bien, si no te gusta el palo, no le digas a la persona que te lo prestó que ese palo es una porquería. No sería muy delicado romper esa regla de etiqueta del golf. Simplemente devuélvele el palo y dale las gracias.

#### Uno, dos, tres... probando, probando

En la actualidad ha cobrado mucha importancia el asunto del *fitting* de los palos (adaptación del palo a las características personales del jugador). Tanto golfistas aficionados como profesionales tienen a su disposición la misma tecnología e información sobre el fitting. Es importante para todos los golfistas, hombres y mujeres, usar el equipo que mejor se adapte a su tipología y condición física. Así, por ejemplo, muchos fabricantes de palos de golf se especializan en producir palos de golf para mujeres, provistos con varillas más suaves, de mayor ligereza y flexibilidad.