Zajęcia rewalidacyjne- golf

Liczba godzin -3 godz. -29.05.2020

Temat lekcji: Etykieta gry w golfa

( dalszy ciąg etykiety w golfa)

Poproś rodzica o pomoc w przeczytaniu podstawowych zasad gry w golfa

**DBAŁOŚĆ O POLE**

**Bunkry**

Przed opuszczeniem bunkra gracze powinni starannie uzupełnić i wyrównać wszystkie nierówności oraz ślady po butach zrobione przez nich, jak również wszystkie inne w pobliżu, zrobione przez innych. Jeżeli w rozsądnej odległości od bunkra znajdują się grabie, należy ich do tego użyć.

**Naprawa ubytków w nawierzchni, uszkodzeń spowodowanych piłką i butami**

Gracze powinni starannie naprawić wszystkie ubytki w nawierzchni pola spowodowane uderzeniem ich kija (niezależnie od tego, czyja to była piłka). W momencie zakończenia rozgrywania określonego dołka przez wszystkich graczy z grupy, powinny także zostać naprawione zniszczenia nawierzchni putting greenu spowodowane butami.

**Zapobieganie zbędnym zniszczeniom**

Gracze nie powinni nadmiernie niszczyć pola wybijaniem darni podczas próbnego swingu lub uderzaniem główką kija o ziemię z jakiegokolwiek powodu. Gracze powinni upewnić się, że na putting greenie nie pozostały żadne uszkodzenia nawierzchni, wynikające z położenia na nim toreb z kijami lub flagi. By uniknąć uszkodzenia samego dołka, gracze i caddie nie powinni stać zbyt blisko niego, a także powinni postępować ostrożnie podczas wyjmowania i wkładania do dołka flagi, oraz wyjmowania piłki z dołka.

Nie należy wyjmować piłki z dołka główką kija. Gracze nie powinni opierać się na swoich kijach, kiedy znajdują się na putting greenie, a szczególnie podczas wyjmowania piłki z dołka. Flagę należy właściwie umieścić z powrotem w dołku, zanim gracze opuszczą putting green. Lokalne przepisy regulujące poruszanie się wózkami golfowymi powinny być ściśle przestrzegane.

Obejrzyj:

Temat: Poprawny chwyt w golfie-29.05.2020

[**https://youtu.be/EmdiPsh2NGc**](https://youtu.be/EmdiPsh2NGc)

Temat: Lag w swingu-29.05.2020

<https://youtu.be/kvVOj7388o8>