

THEORIEAVOND WELKOM!

Mandy Boer & Esther Colijn



HOLLANDSCHE
GOLFCLUB







IN 5 STAPPEN NAAR HANDICAP 54

STAP 1. Begin met golfen!

STAP 2. Haal je NGF-Golfbaanpermissie

STAP 3. Haal je NGF-Golfregelexamen

STAP 4. Speel en oefen lekker veel op onze golfbanen

STAP 5. Haal je handicap 54 | Golfvaardigheidsbewijs



IN 5 STAPPEN NAAR HANDICAP 54

STAP 1. Begin met golfen!

STAP 2. Haal je NGF-Golfbaanpermissie

STAP 3. Haal je NGF-Golfregelexamen

STAP 4. Speel en oefen lekker veel op onze golfbanen

STAP 5. Haal je handicap 54 | Golfvaardigheidsbewijs



NGF GOLFBAANPERMISSIE



1. Voldoende kennis van gedragsregels: **theorieavond**.
2. Voldoende beheersing golfspel om op een grote golfbaan te kunnen oefenen/spelen: **6 golfstartlessen**.

Of als je al veel ervaring hebt (zij-instromer): **laten zien** aan golfpro.



IN 5 STAPPEN NAAR HANDICAP 54

STAP 1. Begin met golfen!

STAP 2. Haal je NGF-Golfbaanpermissie

STAP 3. Haal je NGF-Golfregelexamen

STAP 4. Speel en oefen lekker veel op onze golfbanen

STAP 5. Haal je handicap 54 | Golfvaardigheidsbewijs

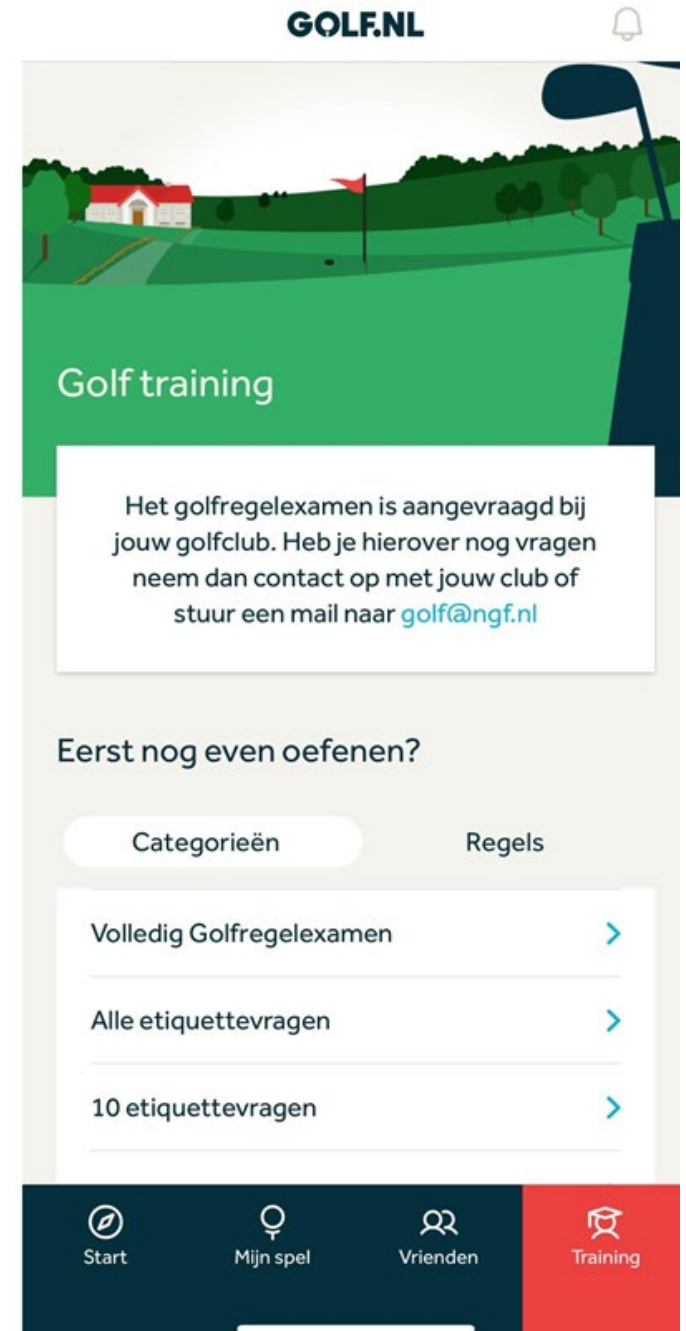


NGF- GOLFREGEXAMEN

- Digitaal (gratis) examen via de **app GOLF.NL**

Op onze website kun je nalezen hoe het werkt en hoe je je goed kunt voorbereiden.

Na de theorieavond krijg je mail met info!



IN 5 STAPPEN NAAR HANDICAP 54

STAP 1. Begin met golfen!

STAP 2. Haal je NGF-Golfbaanpermissie

STAP 3. Haal je NGF-Golfregelexamen

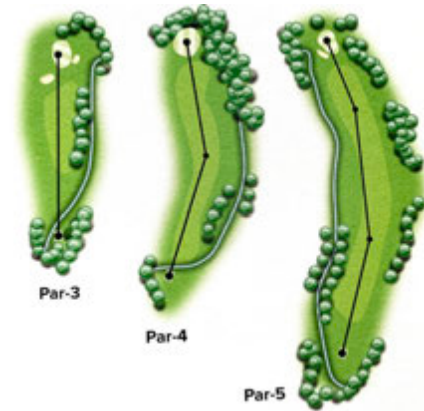
STAP 4. Speel en oefen lekker veel op onze golfbanen

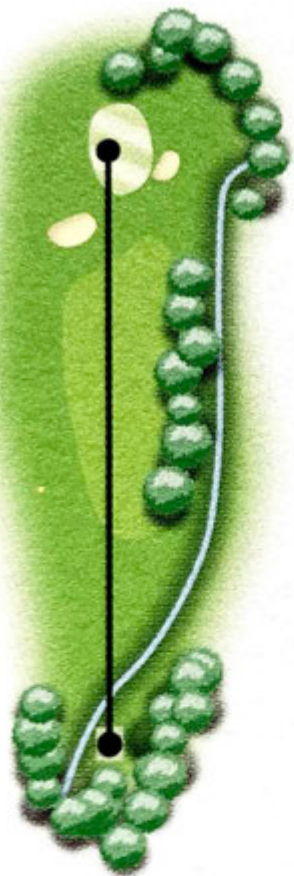
STAP 5. Haal je handicap 54 | Golfvaardigheidsbewijs



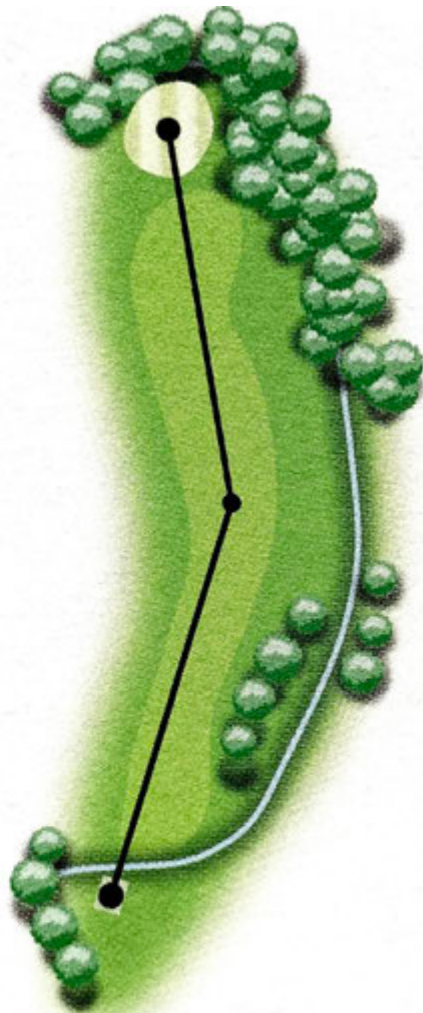
VERSCHILLENDE GOLFBANEN HGC

- Kleine baan: 9 holes par 3
- Middelgrote baan: 14 holes par 3 | 4 (Almkreek)
- Grote baan: 9 of 18 holes par 3 | 4 | 5





Par 3



Par 4



Par 5



NET BEGONNEN...WELKE GOLFBAAN?

Kleine baan (9 holes par 3):

- Almkreek
- De Berendonck
- De Breuninkhof
- De Haverleij
- De Kurenpolder
- De Loonsche Duynen
- De Purmer
- Rotterdam
- ShortGolf Utrecht



IN 5 STAPPEN NAAR HANDICAP 54

STAP 1. Begin met golfen!

STAP 2. Haal je NGF-Golfbaanpermissie

STAP 3. Haal je NGF-Golfregelexamen

STAP 4. Speel en oefen lekker veel op onze golfbanen

STAP 5. Haal je handicap 54 | Golfvaardigheidsbewijs



HANDICAP 54



- Dit kan je halen als je **1. baanpermissie** hebt en **2. regelexamen** hebt gehaald.
- Door een **Qualifying kaart Hcp 54** in de **app** in te voeren:
Dit is een geregistreerde ronde golf over 9 holes, waarbij je laat zien dat je minimaal **spelniveau** handicap 54 speelt. Dus goed spelen!
- Je speelt zo'n ronde met iemand die ook baanpermissie en regelexamen heeft: je **marker**.



GOLFREGELS: WAT IS BELANGRIJK?

- **Altijd: Gedragsregels (etiquette)**

Voorschriften over veiligheid, het tempo in de baan en hoe je met de golfbaan moet omgaan.

- **Soms: Spel- en telregels**

- Weten hoe je met lastige situaties om moet gaan en welke 'straf' hierbij hoort.
- Weten hoe je (stablefordscores) moet tellen.

- **Heel soms: Wedstrijdregels**

In aanvulling op de gedragsregels en spel- en telregels: weten wanneer je een regel hebt overtreden en welke 'straf' je moet toepassen.



VEILIGHEID

TEMPO



ZORG VOOR DE BAAN

PLEZIER!



GOLFREGELS: WAT IS BELANGRIJK?

- **Altijd: Gedragsregels (etiquette)**

Voorschriften over veiligheid, het tempo in de baan en hoe je met de golfbaan moet omgaan.

- **Soms: Spel- en telregels**

- Weten hoe je met lastige situaties om moet gaan en welke 'straf' hierbij hoort.
- Weten hoe je (stablefordscores) moet tellen.

- **Heel soms: Wedstrijdregels**

In aanvulling op de gedragsregels en spel- en telregels: weten wanneer je een regel hebt overtreden en welke 'straf' je moet toepassen.



GEDRAGSREGELS (ETIQUETTE)

Moeten, moeten, moeten.....maar wat moet echt?





WAT DRAAG JE EIGENLIJK ALS JE GAAT GOLFEN?

Comfortabele kleding!

Golfkleding moet vooral comfortabel zitten en niet te strak. Een te kleine of korte jas beperkt je in de swing. Vrij kunnen bewegen is eigenlijk het belangrijkste. Denk ook aan goede regenkleding. Het is niet leuk om te moeten golfen als je doorweekt bent en het hierdoor koud krijgt. Dus bewegingsvrijheid en voorbereid zijn op het weer zijn de toverwoorden voor de aanschaf van golfkleding.

TIP!

Bij golfen maak je nogal wat rare bewegingen, dus houd er rekening mee dat je niet opeens lichaamsdelen laat zien die je liever niet wilt laten zien (en die anderen misschien liever ook niet willen zien).

Golfschoenen óf sneakers?

In het begin zijn sneakers goed genoeg. Als het allemaal wat serieuzer wordt, is het wel aan te raden om golfschoenen aan te schaffen voor een goede grip. Golf is een sport waarbij je een belangrijke verbinding met de grond hebt. Met gladde schoenen glijd je weg en ben je gauw in onbalans tijdens de swing.

TIP!

Zorg dat je schoenen waterdicht zijn. Ook op zomerse dagen is de baan 's ochtends nat. Het is geen pretje als je na een half uur je sokken al kunt uitwringen.

Zijn golfhandschoenen nodig?

Een golfhandschoen is in het begin nog niet zo belangrijk. Soms is het beter geen handschoen te dragen, omdat je het vasthouden van de club dan beter aanleert. Zodra je meer swing snelheid ontwikkelt, kan het een waardevolle toevoeging zijn.

TIP!

Je draagt een handschoen om de hand waarmee je de club vasthoudt; dus als je rechts bent om je linkerhand.

HOLLANDSCHE
GOLFCLUB



Veiligheid, zorg en snelheid in de baan

BAANPERSONEEL
Let op het baanpersoneel. Zij hebben altijd voorrang op de speler.

OEFENSWING
Doe je oefenswing buiten de afslagplaats om het gras zo min mogelijk te beschadigen. Let op dat er niemand in de buurt staat.

HOUD SNELHEID
Zorg dat je tussen de slagen doorloopt en aansluiting houdt met de groep voor je.

PITCHMARK
Repareer altijd je pitchmark en zonodig die van anderen.

TAS
Zet je tas alvast in de richting van de volgende afslagplaats.

NA UITHOLEN
Verlaat na het uitholen direct de green. Noteer je score bij de volgende afslagplaats.

BUNKER HARKEN
Hark de bunker aan, nadat je hebt geslagen. Hark alle voetstappen weg, ook als ze niet van jou zijn.

FORE!
Wordt er **FORE!** geroepen, kijk dan niet om je heen, maar buk meteen voor de aankomende bal.

PLAG
Als je een plag slaat, leg deze dan terug en stamp hem stevig aan.

3 MINUTEN ZOEKEN
Sta eerst je eigen bal en help daarna je medespeler met zoeken. Zoek niet langer dan 3 minuten. Laat zonodig een volgende groep door.

LET OP!
Niet afslaan als je een speler voor je kunt raken.

FORE!
Als je bal afzwaait in de richting van andere mensen roep dan luid en duidelijk **FORE!**

KIES JE TEE
Kies de kleur tee die past bij je niveau. Begin je net, begin dan bij oranje.

GEBRUIK MOBIEL
Gebruik je mobiel alleen voor het opzoeken van golfregels of in noodsituaties en niet om gewoon te bellen.

MEDESPELER
Kijk mee vanaf een veilige plaats naar de slag van je medespeler, zodat je ook ziet waar de bal terecht komt. Hierdoor kun je de bal later snel vinden.

Reparatie van een pitchmark op de green



Zet de pitchfork vlak naast de pitchmark in de grond.



Beweeg de pitchfork naar de pitchmark toe, waardoor de grond zijwaarts naar de pitchmark beweegt en deze weer opvult.



Herhaal dit enkele malen rond de pitchmark.

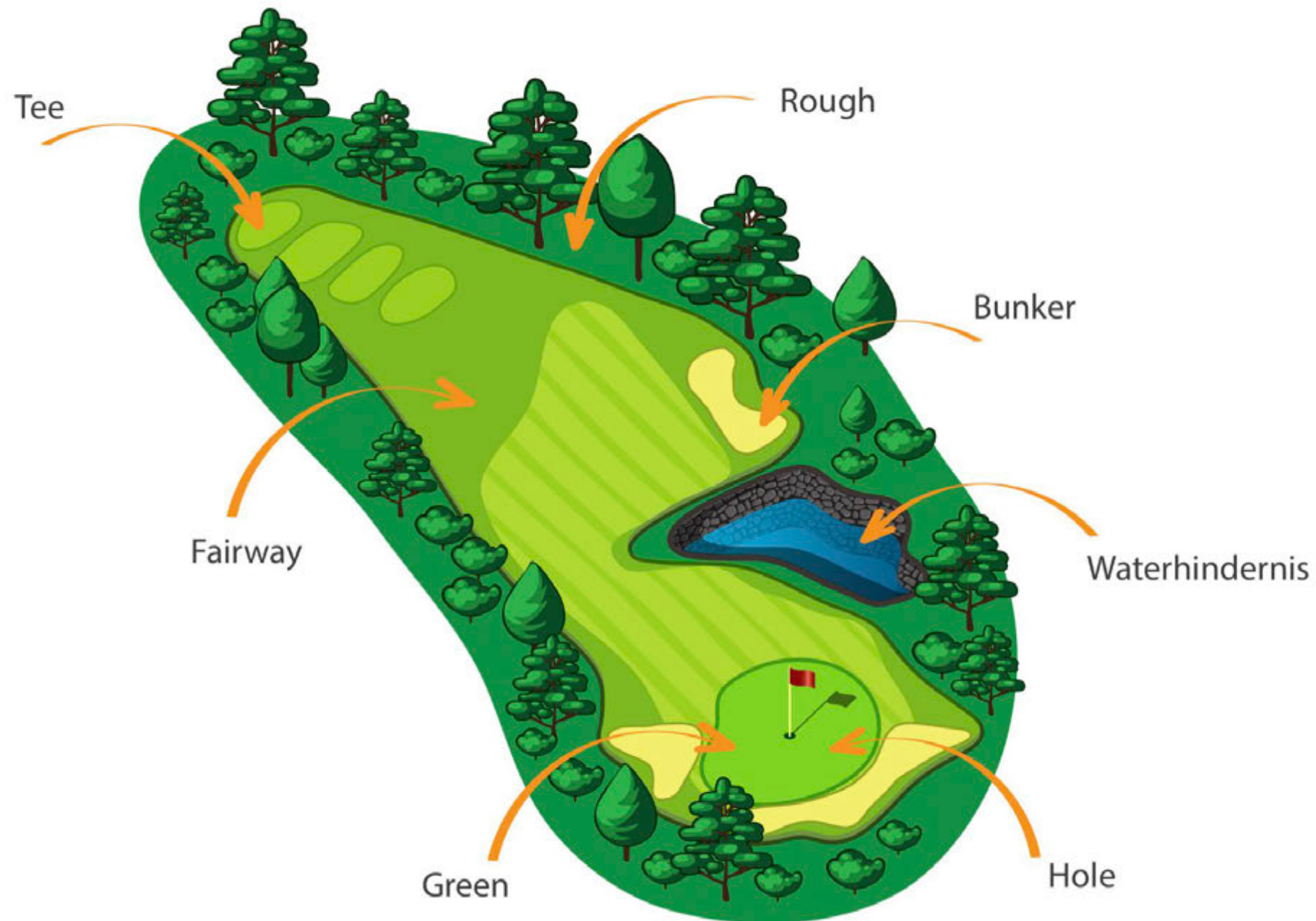


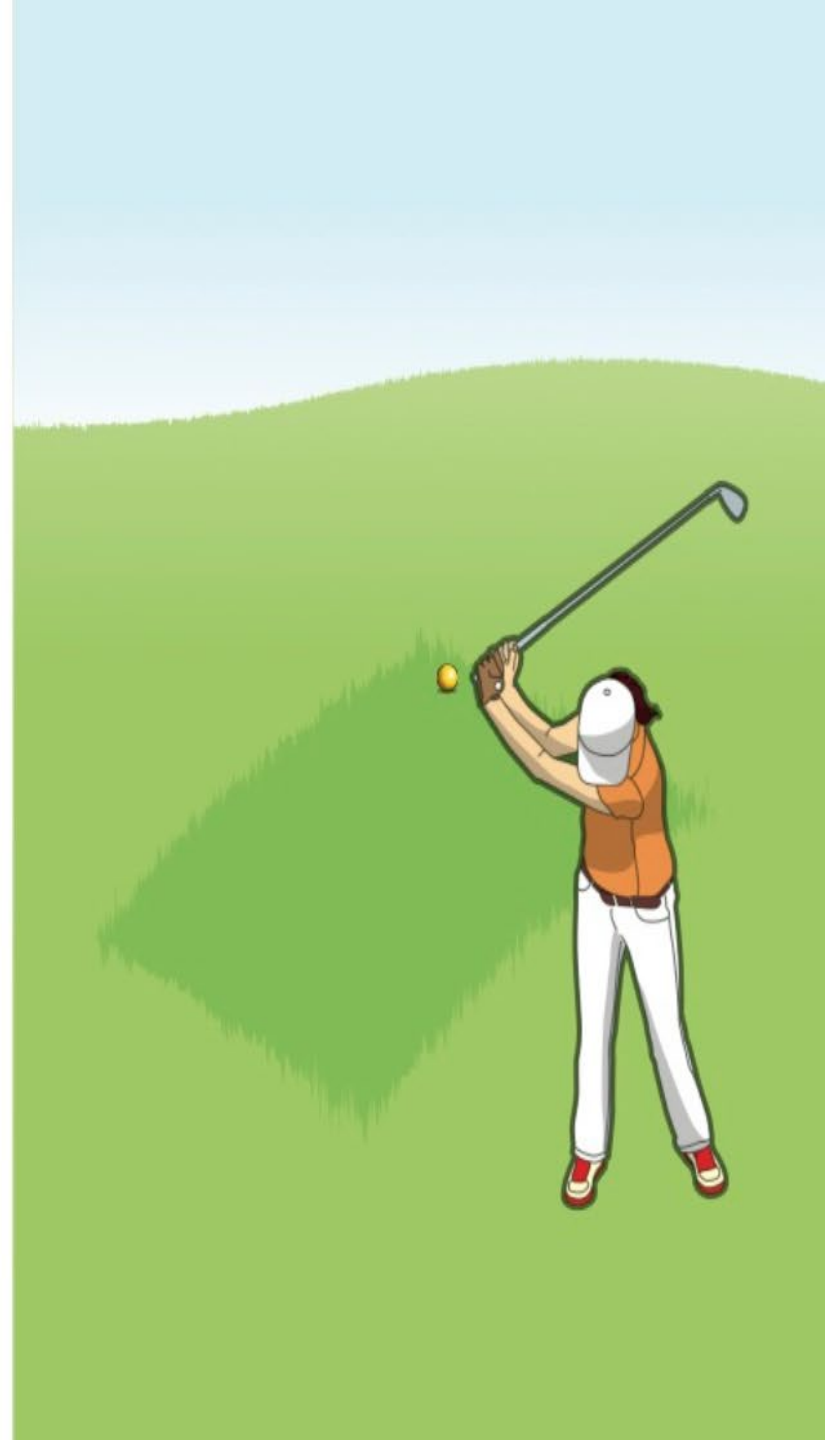
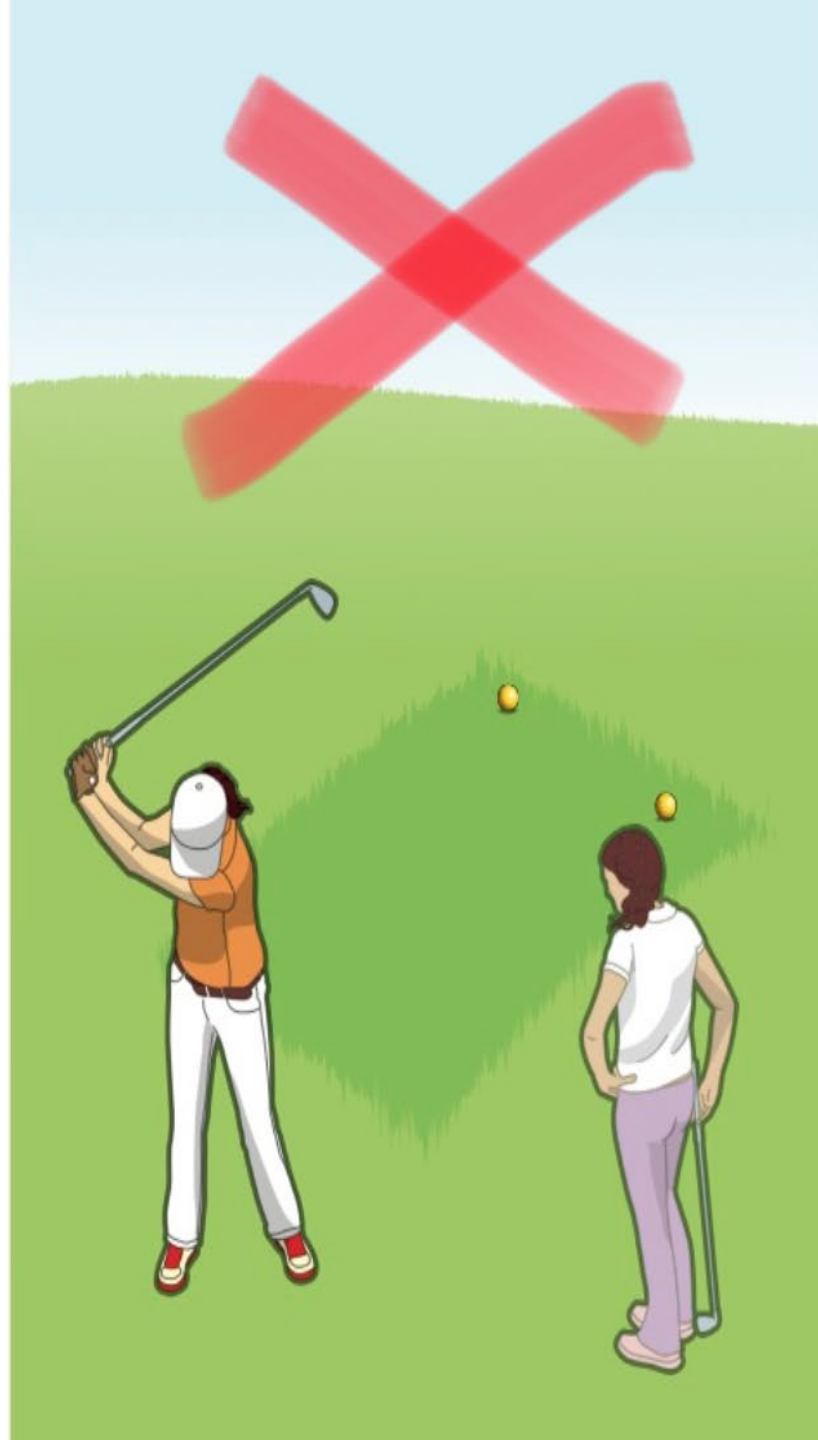
Druk de ontsane oneffenheid plat met je putter of je voet.

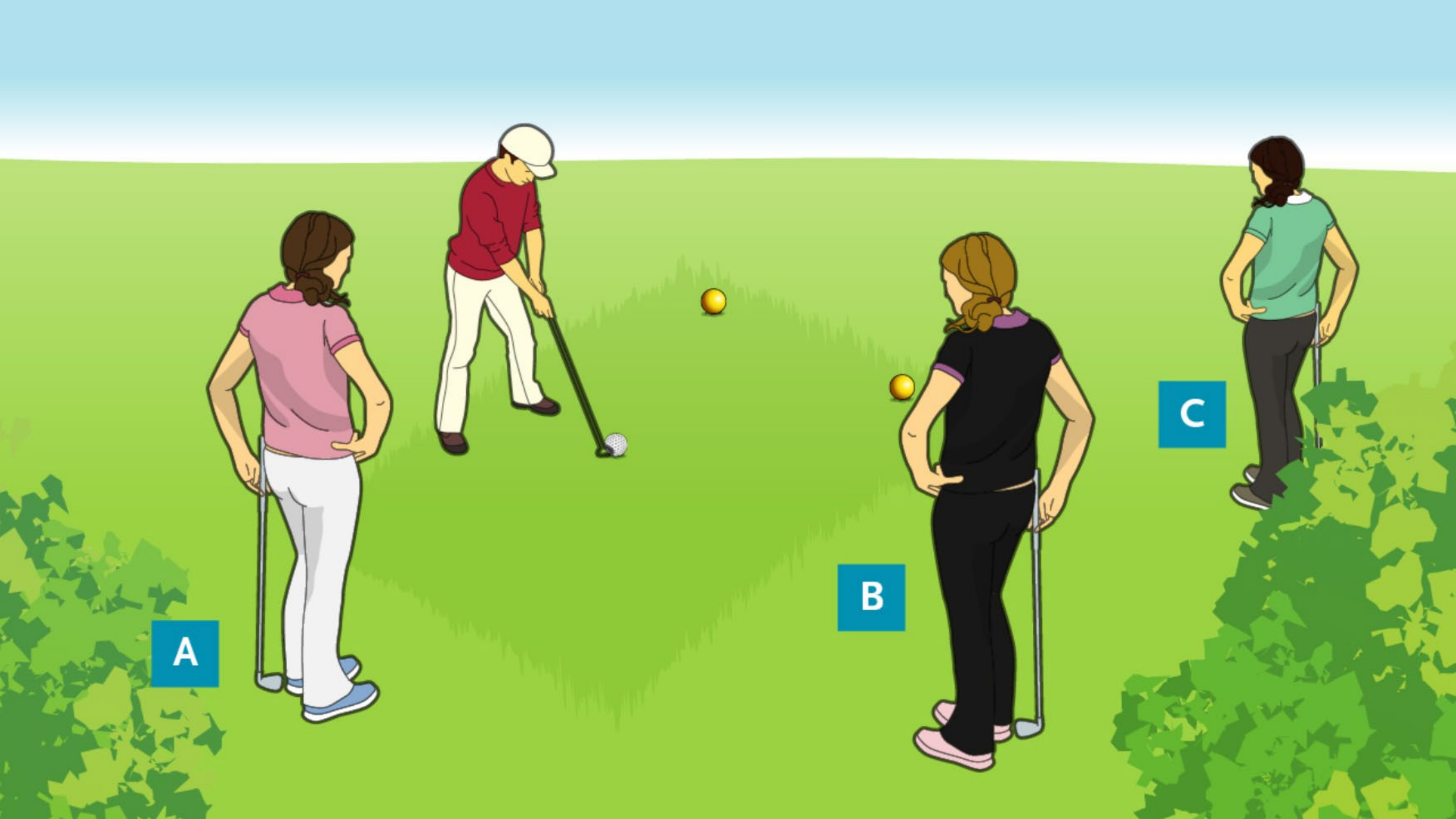


Probeer niet de pitchmark omhoog te 'trekken' door de pitchfork van de pitchmark af te bewegen. De wortels van het gras breken dan en de plek wordt bruin.





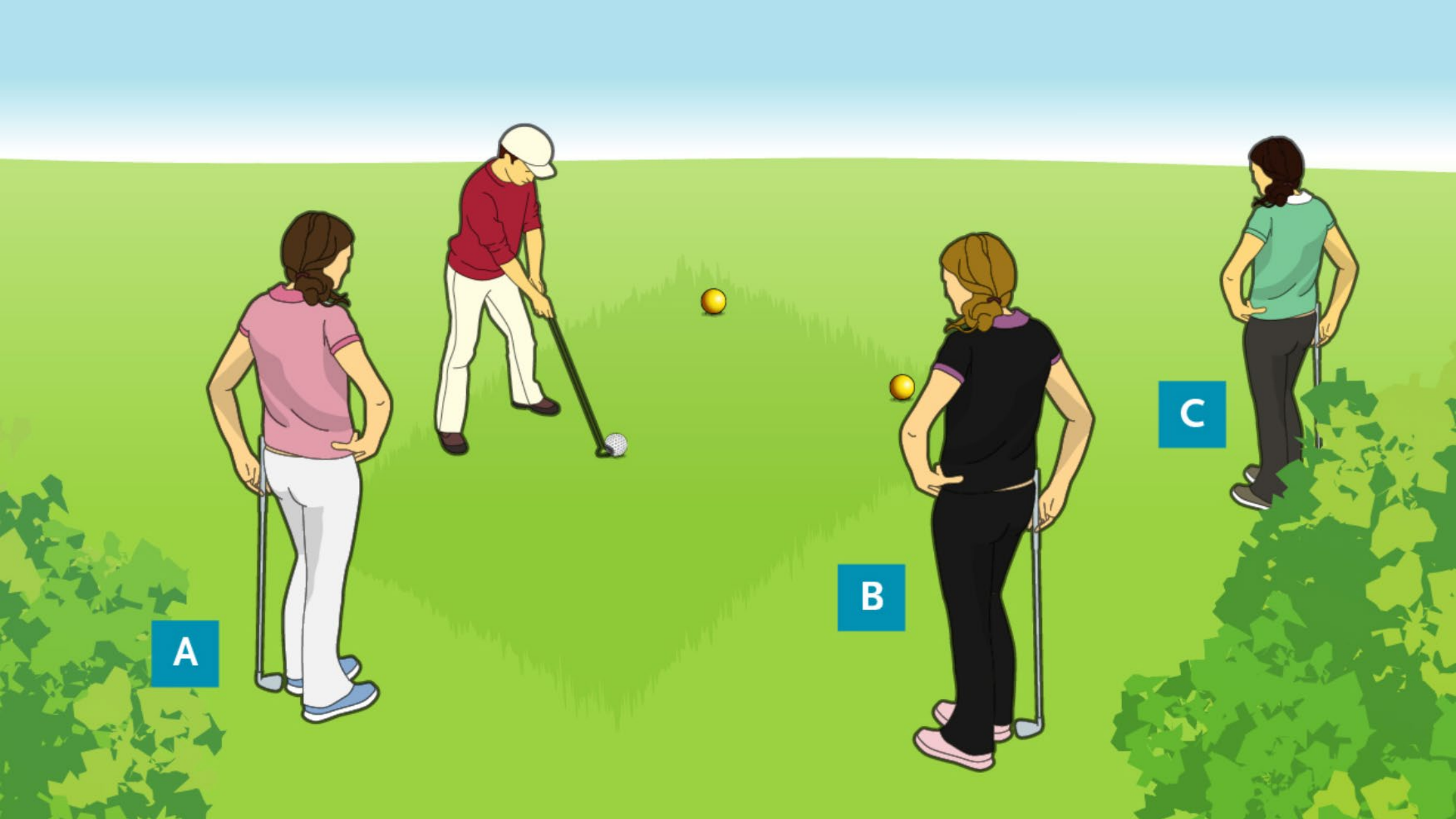




A

B

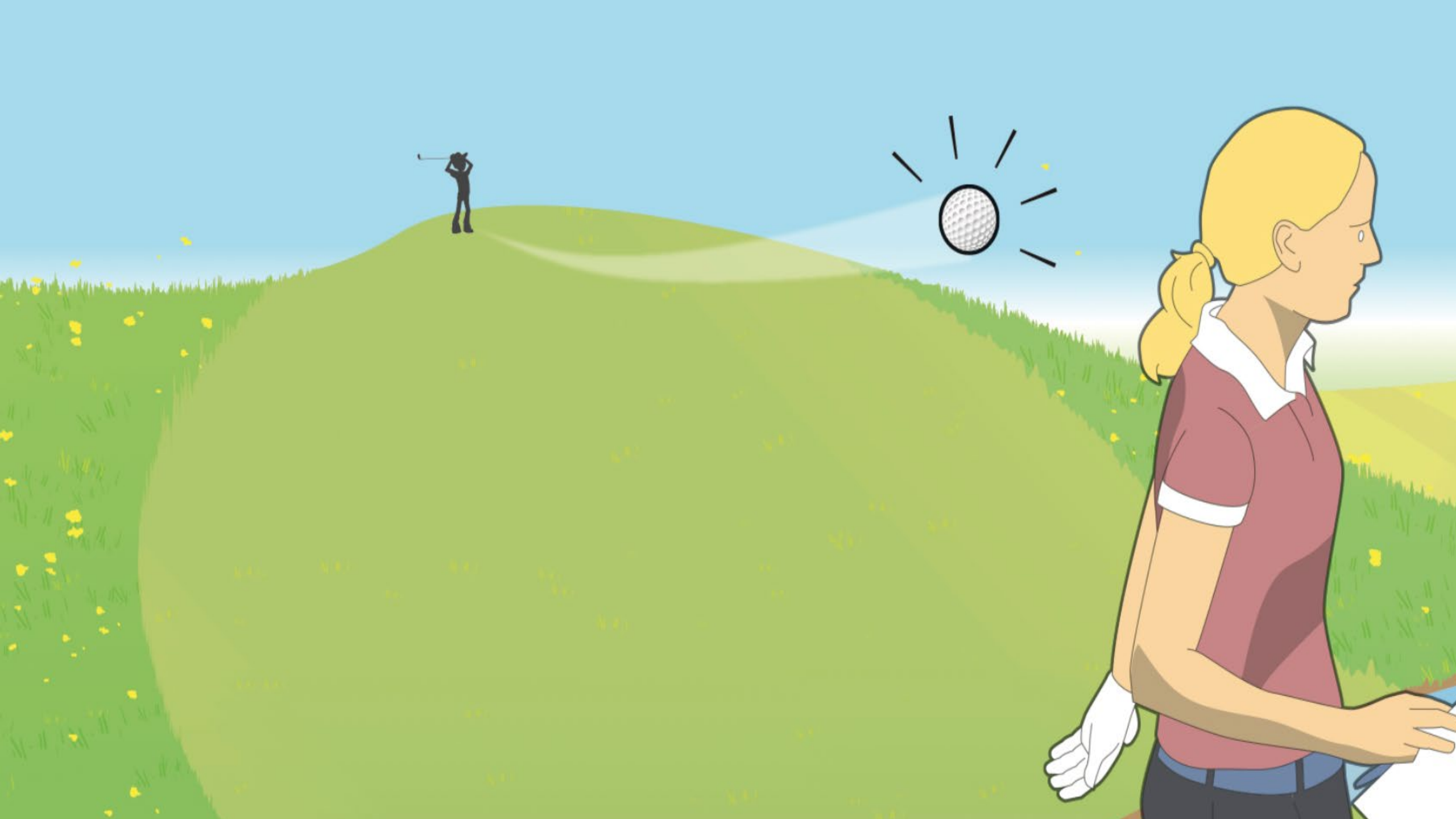
C



A

B

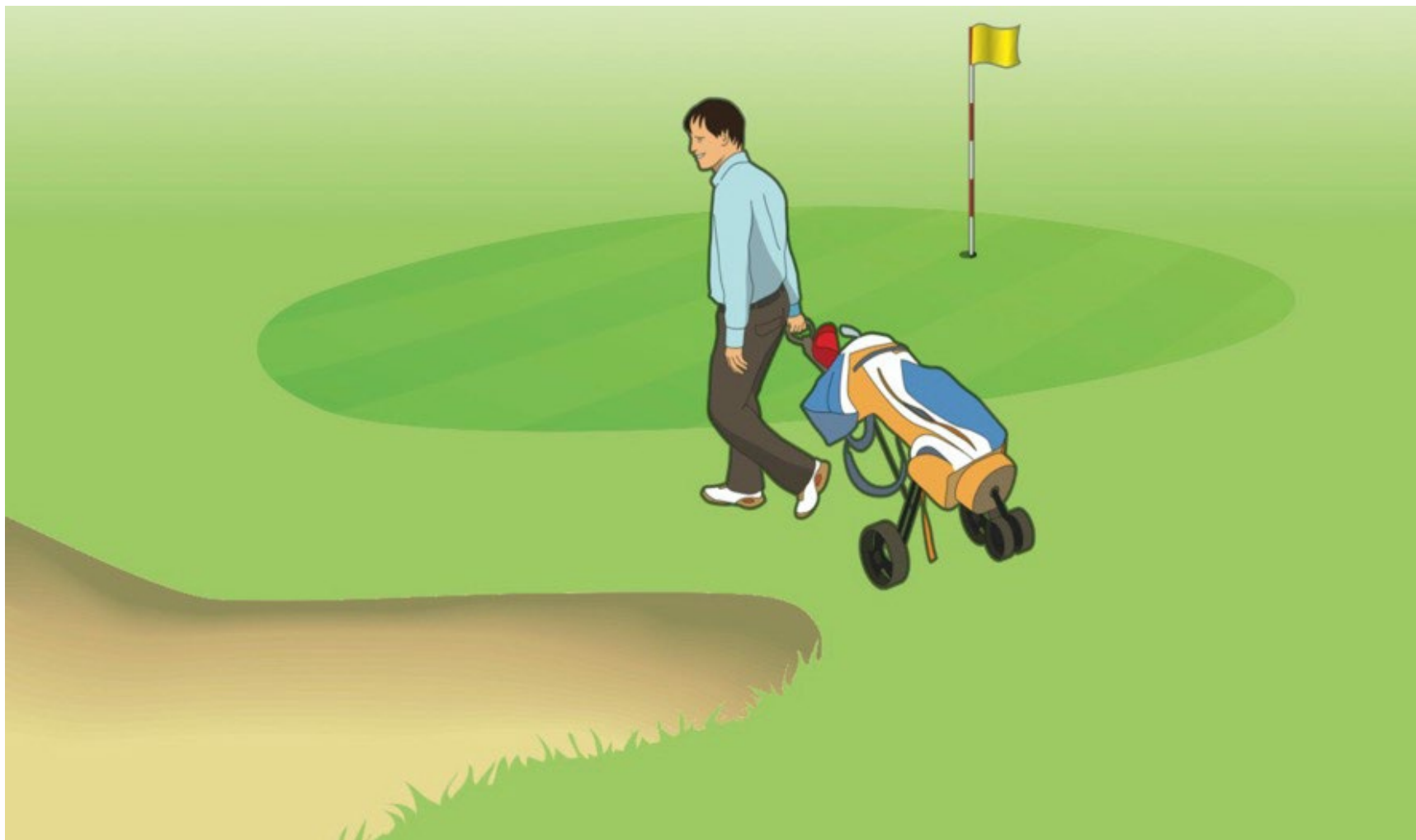
C

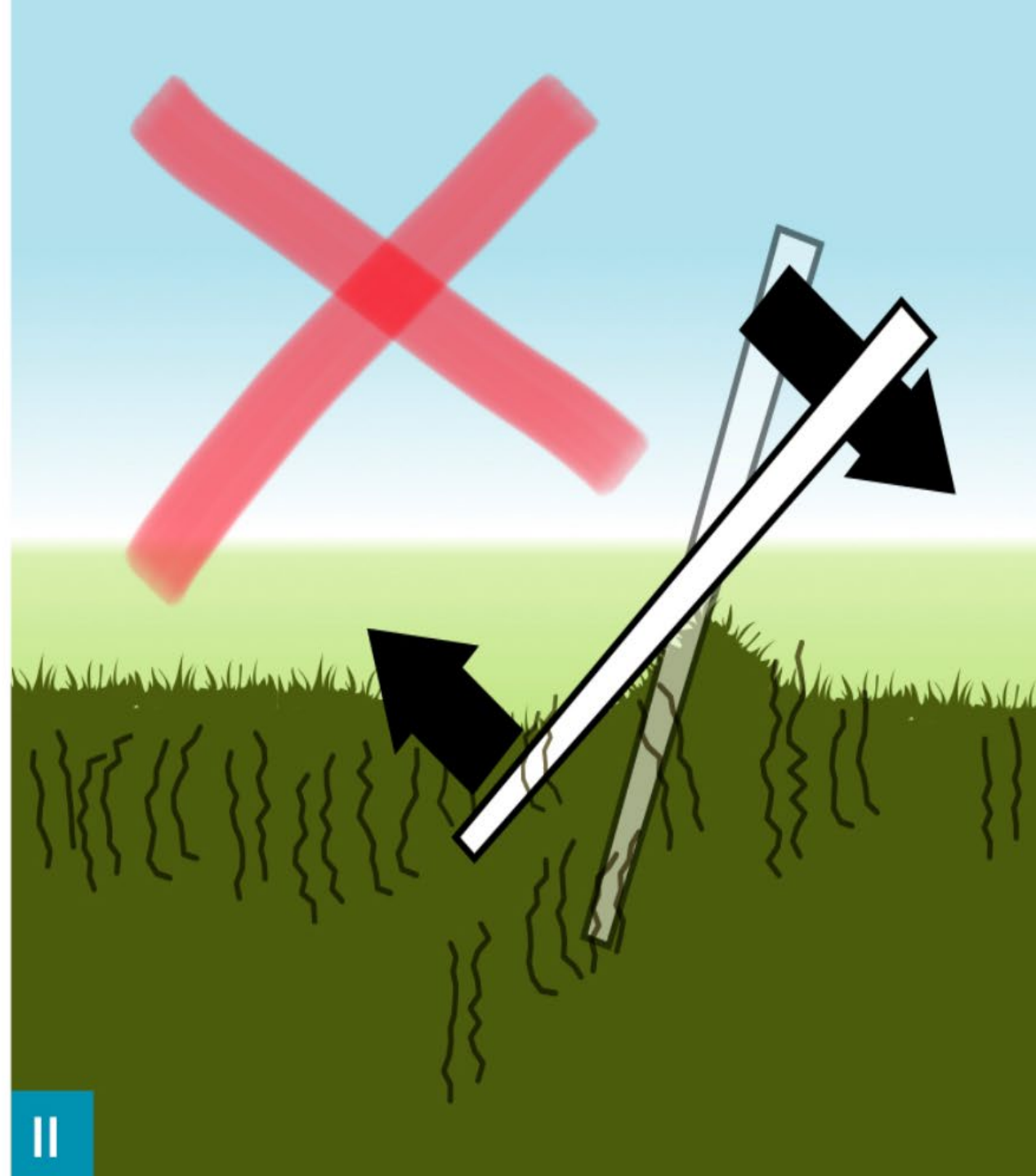
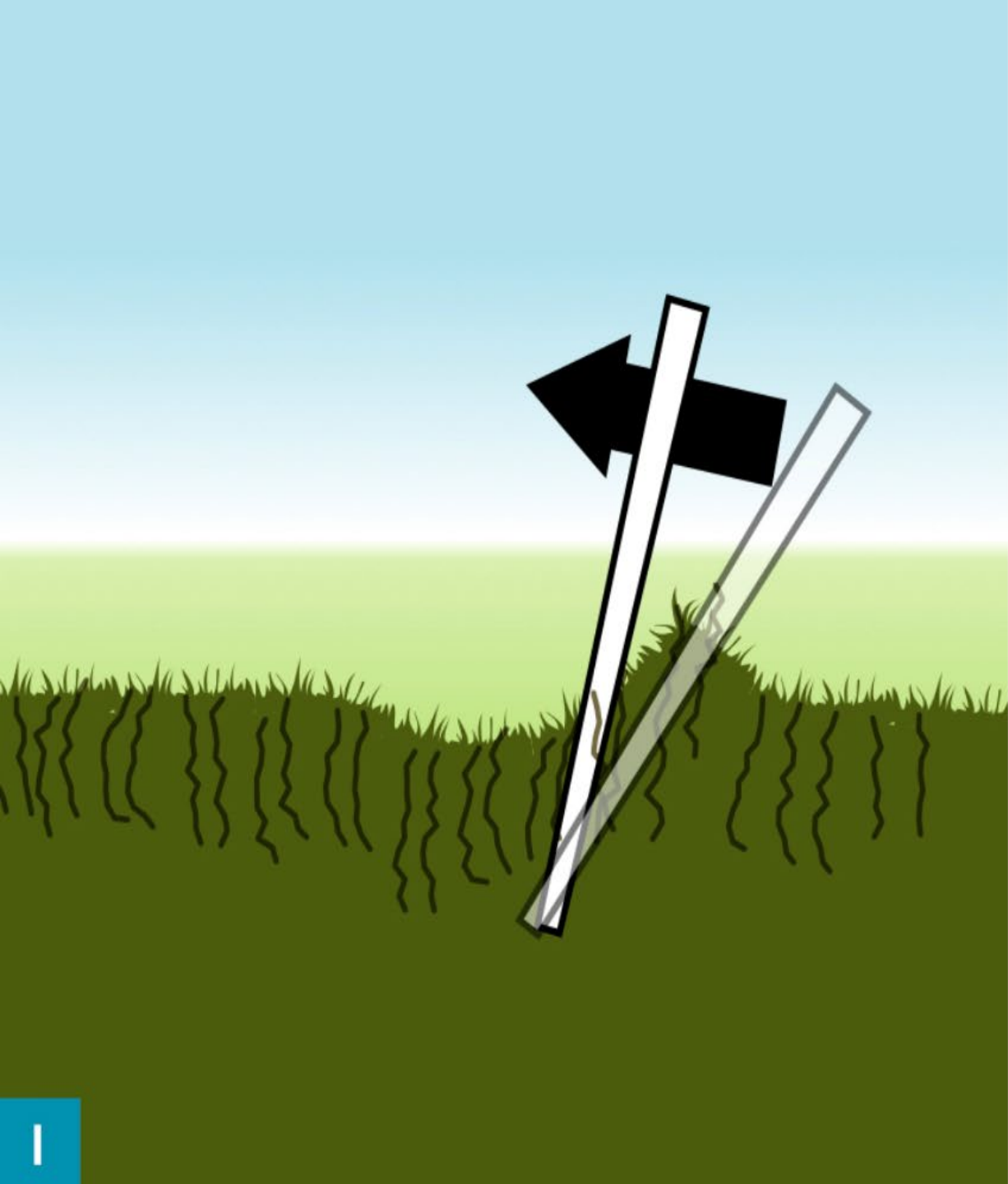


FORE!!









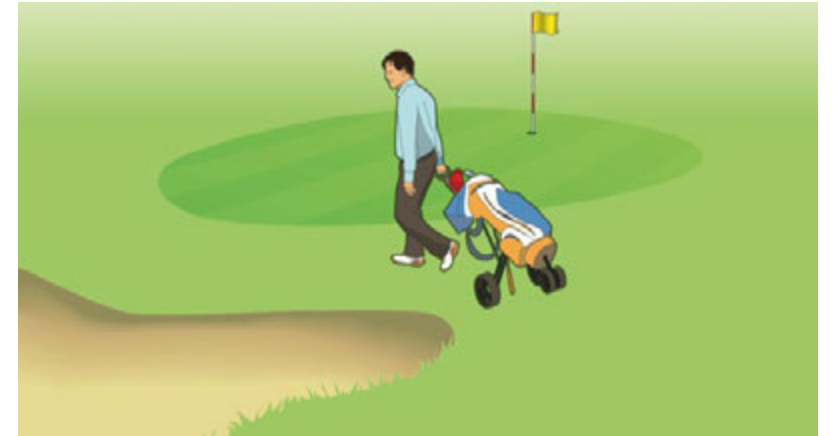
VEILIGHEID

- Veiligheid anderen:
 - Let op bij het maken van oefenswing en swing.
 - Waarschuw anderen voor je bal: roep FORE.
 - Sla pas als je niemand voor je kunt raken.
- Eigen veiligheid:
 - Ga op een veilige plek staan als anderen slaan.
 - Houd rekening met weersomstandigheden (bv onweer).



ZORG VOOR DE BAAN

- Sla niet onnodig veel plaggen bij het maken van oefenswings.
- Hark bunkers aan.
- Maak geen schade met je trolley of buggy op kwetsbare gebieden.
- Leg plaggen terug en stamp ze goed aan.
- Herstel pitchmarks.
- Let op dat je de hole niet beschadigt met de vlag of de bal eruit halen.
- Ga de natuur niet te lijf bij het zoeken naar je bal.





HOLLANDSCHE
GOLFCLUB



TEMPO IN DE BAAN

- Hoe lang duurt een ronde golf?
- Vanaf welke tee speel je?
- Wat is een vlot speeltempo?



KLEINE BAAN

- 9 holes par 3 baan
- Voor ieder spelniveau
- De 9 holes zijn ong. 1 km lang
- Gemiddelde speelduur ruim een uur

**Driving range ballen mogen
niet in de baan gebruikt worden!**



Maximale speelduur bij drukte: 75 – 100 minuten (afhankelijk van golfbaan)



MIDDELGROTE BAAN: ALMKREEK

- 14 holes par 3 | 4 baan
- 9 holes par 3 baan plus 5 extra holes
- Vanaf spelniveau Baanpermissie
- De 14 holes zijn ong. 1,5 km lang, wandeling van 2 km
- Gemiddelde speelduur 2 uur



Maximale speelduur bij drukte: 2 uur en 10 minuten



GROTE BAAN

- 9 of 18 holes par 3 | 4 | 5 baan
- Vanaf spelniveau Baanpermissie
- De 9 holes zijn ong. 3 km lang, wandeling van 5 km
- De 18 holes zijn dubbele: 6 km lang, wandeling van 10 km
- Gemiddelde speelduur 9 holes: 110 - 120 minuten



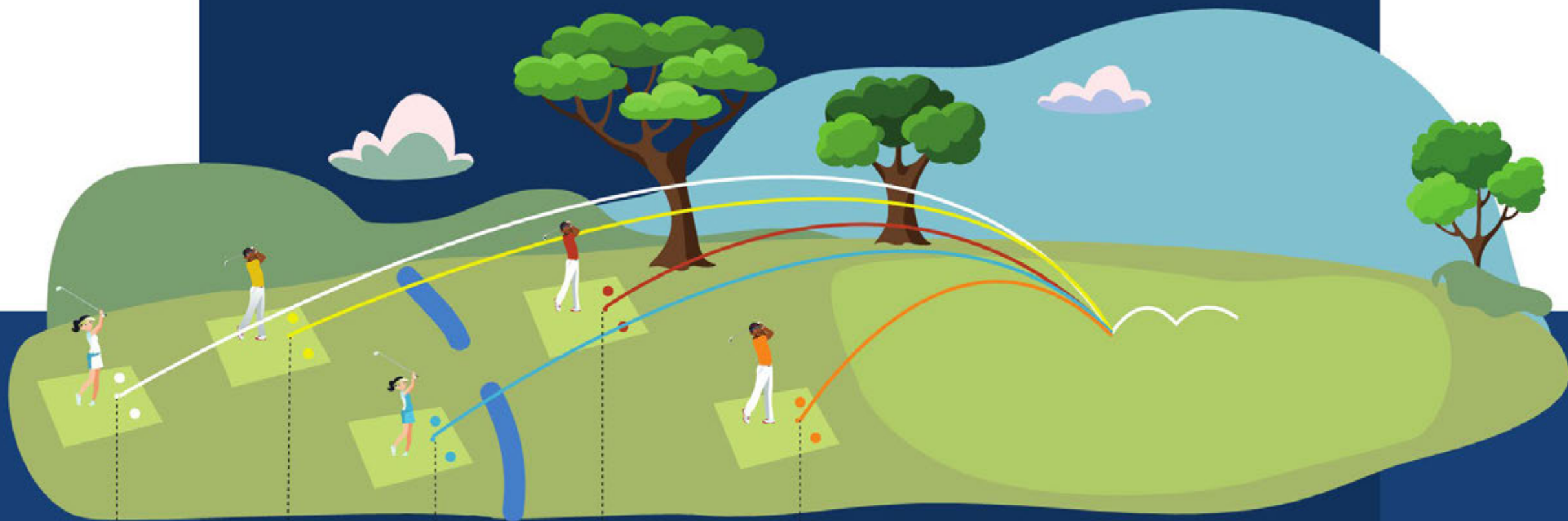
Maximale speelduur bij drukte: 2 uur en 10 minuten



TEMPO IN DE BAAN

- Hoe lang duurt een ronde golf?
- Vanaf welke tee speel je?
- Wat is een vlot speeltempo?





225 +
meter

190-225
meter

160-190
meter

125-160
meter

Tot 125
meter

TEMPO IN DE BAAN

- Hoe lang duurt een ronde golf?
- Vanaf welke tee speel je?
- Wat is een vlot speeltempo?



VLOT SPEELTEMPO

- Sluit goed aan op de golfers voor je.
- Laat golfers voorgaan als je moet zoeken.
- Of als ze sneller spelen...en voor je is ruimte leeg.
- Zoek niet te lang naar ballen.
- Speel in kleine flights.
- Speel 'Ready Golf': speel vlot!



STEWARDS... OOK WEL MARSHAL GENOEMD



GOLFREGELS: WAT IS BELANGRIJK?

- **Altijd: Gedragsregels (etiquette)**

Voorschriften over veiligheid, het tempo in de baan en hoe je met de golfbaan moet omgaan.

- **Soms: Spel- en telregels**

- Weten hoe je met lastige situaties om moet gaan en welke 'straf' hierbij hoort.
- Weten hoe je (stablefordscores) moet tellen.

- **Heel soms: Wedstrijdregels**

In aanvulling op de gedragsregels en spel- en telregels: weten wanneer je een regel hebt overtreden en welke 'straf' je moet toepassen.



OFFICIELE SPELREGELS VOLGEN

- Eerlijk kunnen tellen.
- Score kunnen vergelijken met anderen, bv in wedstrijden.
- Qualifying kaart spelen:

Geregistreerde ronde golf over minimaal 9 holes voor het behalen of aanpassen van je handicap.



“ Play the ball as it lies,
play the course as you find it,
and if you cannot do either,
do what is fair.

But to do what is fair,
you need to know
the Rules of Golf.”



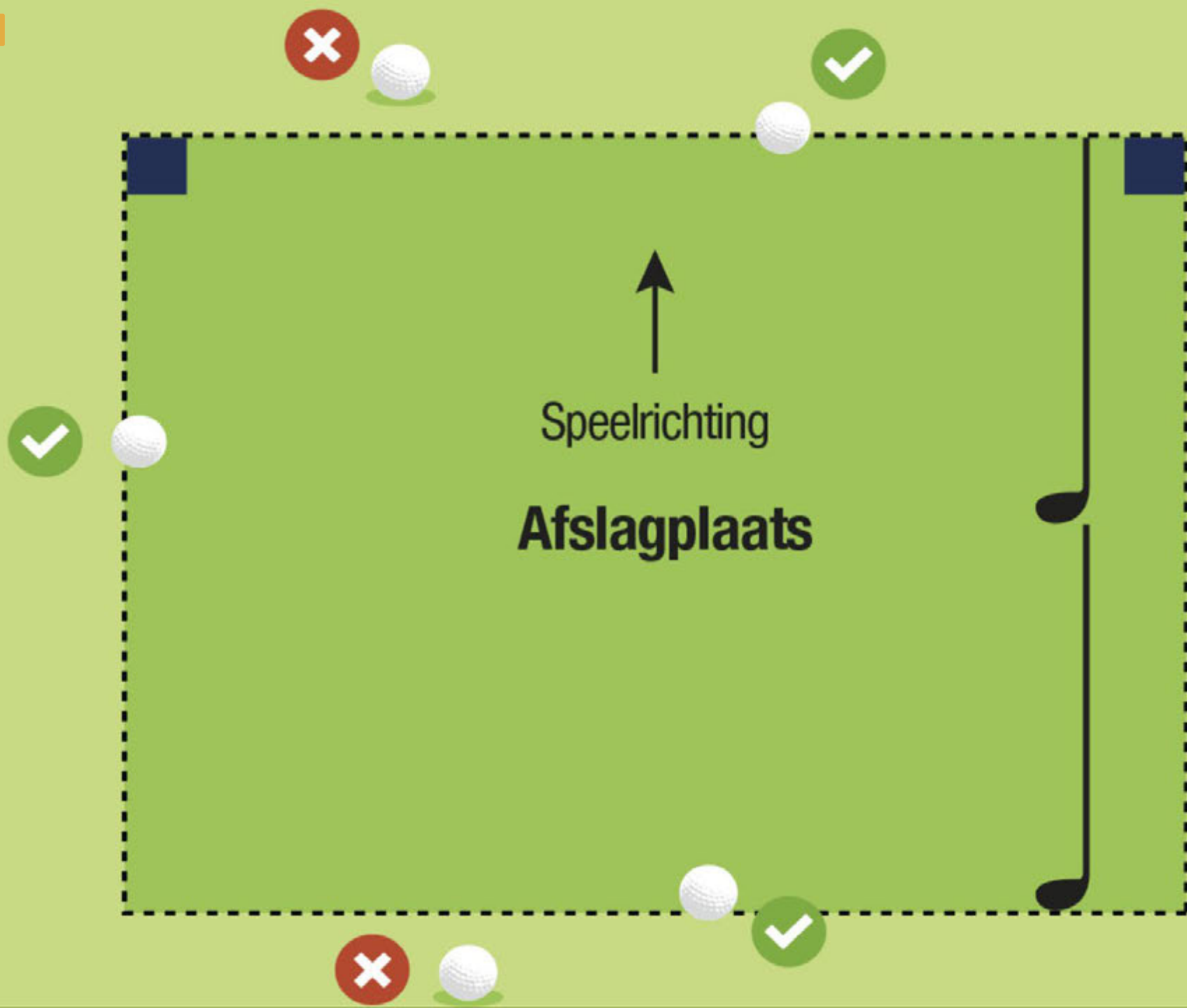
GOLFREGELS: WAAROM?

SPEEL DE BAAN ZOALS JE HEM AANTREFT EN SPEEL DE BAL ZOALS DIE LIGT...

HOE MOEILIJK KAN DAT ZIJN?



De afslagplaats



Op de
afslagplaats



Buiten de
afslagplaats

WANNEER MAG JE BAL OP EEN TEE?

- Op de afslagplaats (of matje): dus je eerste slag op een hole.
- Verder in de baan **nergens** als je volgens de golfregels (spelregels) speelt.

En je speelt altijd volgens de spelregels bij een golfronde voor je handicap (Q kaart).

Of als je meedoet aan een activiteit/wedstrijd.

Want als je wilt weten wat je spelniveau is... dan moet het volgens de regels.



WANNEER MAG JE BAL OP EEN TEE?

Gewoon **altijd**, als je zelf bepaalt dat je **niet** volgens de golfregels (spelregels) wilt spelen:



WANNEER MAG JE BAL OP EEN TEE?

Gewoon **altijd**, als je zelf bepaalt dat je **niet** volgens de golfregels (spelregels) wilt spelen:

- Dus in ieder geval als je gewoon lekker wilt oefenen.
- Als het gras gewoon nog niet zo dik en hoog is.
- Als je bal op een moeilijke plek ligt.
- Als je, net als ik, gewoon blijer wordt van een bal die lekker door de lucht vliegt....



WANNEER TELT EEN SLAG: AFSLAGPLAATS

- Je bent pas namelijk pas echt begonnen na je eerste slag.
Een slag betekent 'met de **intentie** om de bal te raken'.
- Dus als je bal op de afslagplaats beweegt door een oefenswing telt dit niet als slag. Je mag de bal gewoon weer terugplaatsen.
- Ook als je bal van de tee valt, kun je gewoon opnieuw beginnen.
- Een **airshot** telt helaas wel mee: dit is een slag met de bedoeling de bal te raken...maar je raakt helaas alleen lucht.



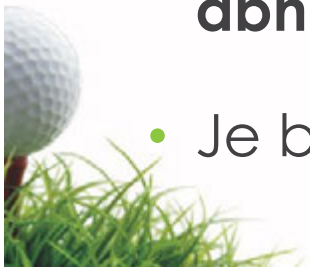
ALS JE BENT BEGONNEN...LET OP!

- Als je vanaf de afslagplaats hebt geslagen, is de bal is 'in het spel'.
- Nu mag je de bal niet meer terugplaatsen als je deze per ongeluk hebt bewogen (bv tijdens een oefenswing). Als dit gebeurt, moet je de bal terugleggen en je krijgt zelfs **één** strafslag.
- Behalve op de green, daar plaats je een per ongeluk bewogen bal gewoon terug, zonder strafslag.



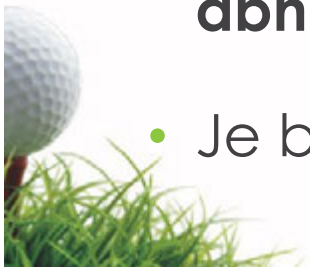
WAT ER ALLEMAAL MIS KAN GAAN...

- Je bal gaat buiten de baangrenzen: **buiten de baan** (out of bounds).
- Je raakt je bal kwijt: **verloren bal**.
- Je bal is niet te spelen: **onspeelbare bal**.
- Je bal ligt op of tegen iets dat er eigenlijk niet hoort: **losse natuurlijke voorwerpen** en **losse obstakels**.
- Je hebt bij het spelen van de bal last van iets dat het oneerlijk maakt: **abnormale baanomstandigheden**.
- Je bal komt in een **bunker** of een **hindernis**.



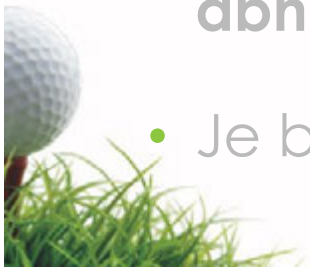
WEBSITE THEORIEAVOND: **INGESPROKEN**

- Je bal gaat buiten de baangrenzen: **buiten de baan** (out of bounds).
- Je raakt je bal kwijt: **verloren bal**.
- Je bal is niet te spelen: **onspeelbare bal**.
- Je bal ligt op of tegen iets dat er eigenlijk niet hoort: **losse natuurlijke voorwerpen** en **losse obstakels**.
- Je hebt bij het spelen van de bal last van iets dat het oneerlijk maakt: **abnormale baanomstandigheden**.
- Je bal komt in een **bunker** of een **hindernis**.



WAT ER ALLEMAAL MIS KAN GAAN...

- Je bal gaat buiten de baangrenzen: **buiten de baan** (out of bounds).
- Je raakt je bal kwijt: **verloren bal**.
- Je bal is niet te spelen: **onspeelbare bal**.
- Je balt ligt op of tegen iets dat er eigenlijk niet hoort: **losse natuurlijke voorwerpen** en **losse obstakels**.
- Je hebt bij het spelen van de bal last van iets dat het oneerlijk maakt: **abnormale baanomstandigheden**.
- Je bal komt in een **bunker** of een **hindernis**.





1

2



VERLOREN BAL

- Als je de bal niet binnen 3 minuten vindt.
- Speel een nieuwe bal vanaf de plaats waar je de laatste slag hebt gedaan.
- Je krijgt **één** strafslag.

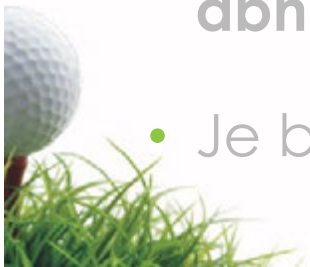


- Weet je niet zeker of je bal verloren is: speel een **provisionele** bal.



WAT ER ALLEMAAL MIS KAN GAAN...

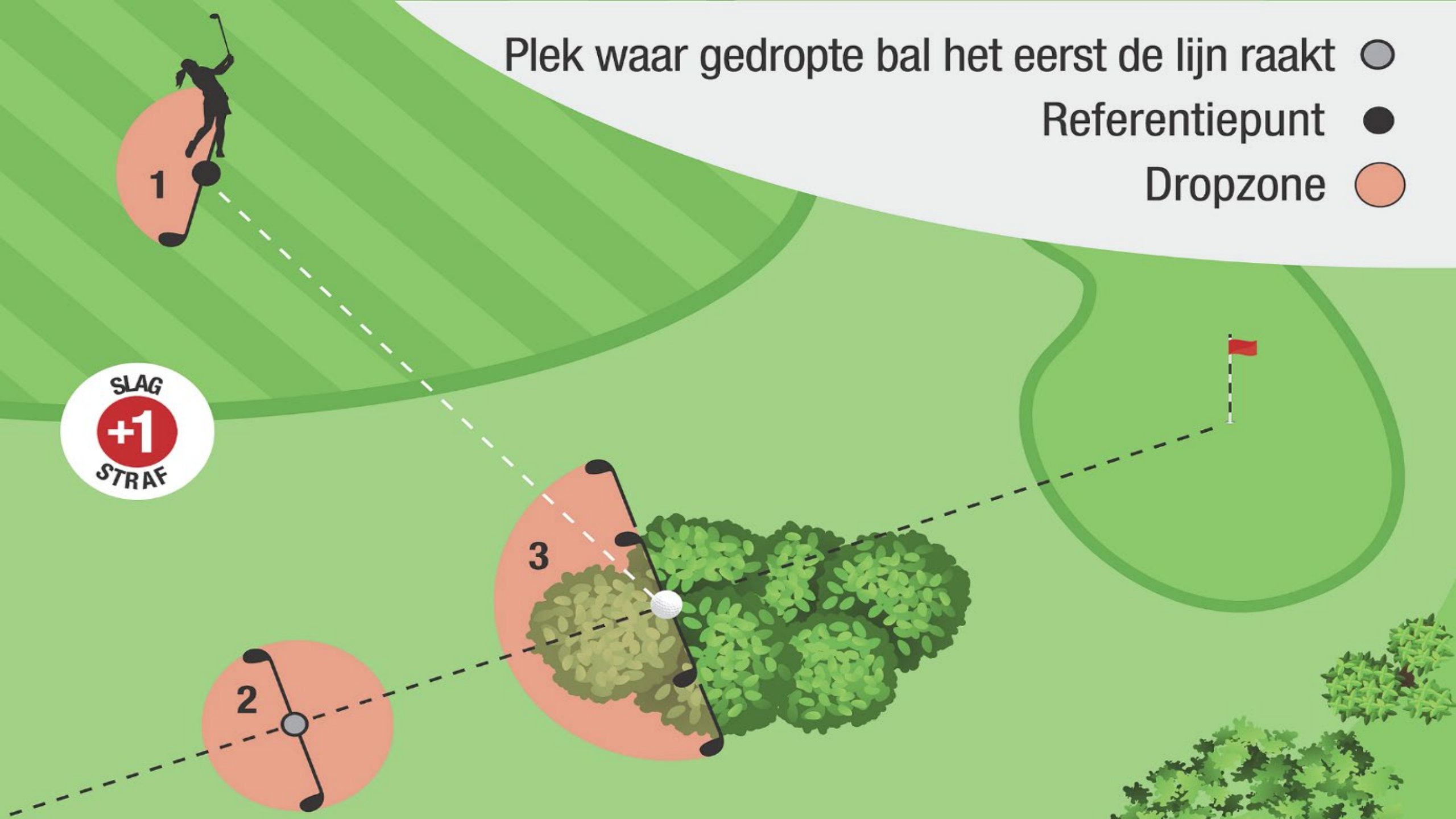
- Je bal gaat buiten de baangrenzen: **buiten de baan** (out of bounds).
- Je raakt je bal kwijt: **verloren bal**.
- Je bal is niet te spelen: **onspeelbare bal**.
- Je balt ligt op of tegen iets dat er eigenlijk niet hoort: **losse natuurlijke voorwerpen** en **losse obstakels**.
- Je hebt bij het spelen van de bal last van iets dat het oneerlijk maakt: **abnormale baanomstandigheden**.
- Je bal komt in een **bunker** of een **hindernis**.



Plek waar gedropte bal het eerst de lijn raakt ○

Referentiepunt ●

Dropzone ○



ONSPEELBARE BAL

- Alleen de speler mag een bal onspeelbaar verklaren.
- Drie opties om te ontwijken met **één** strafslag:
 1. Slag en afstand (terug naar de plaats van de vorige slag).
 2. In rechte lijn (vlag) naar achteren ontwijken.
 3. Zijwaarts ontwijken.



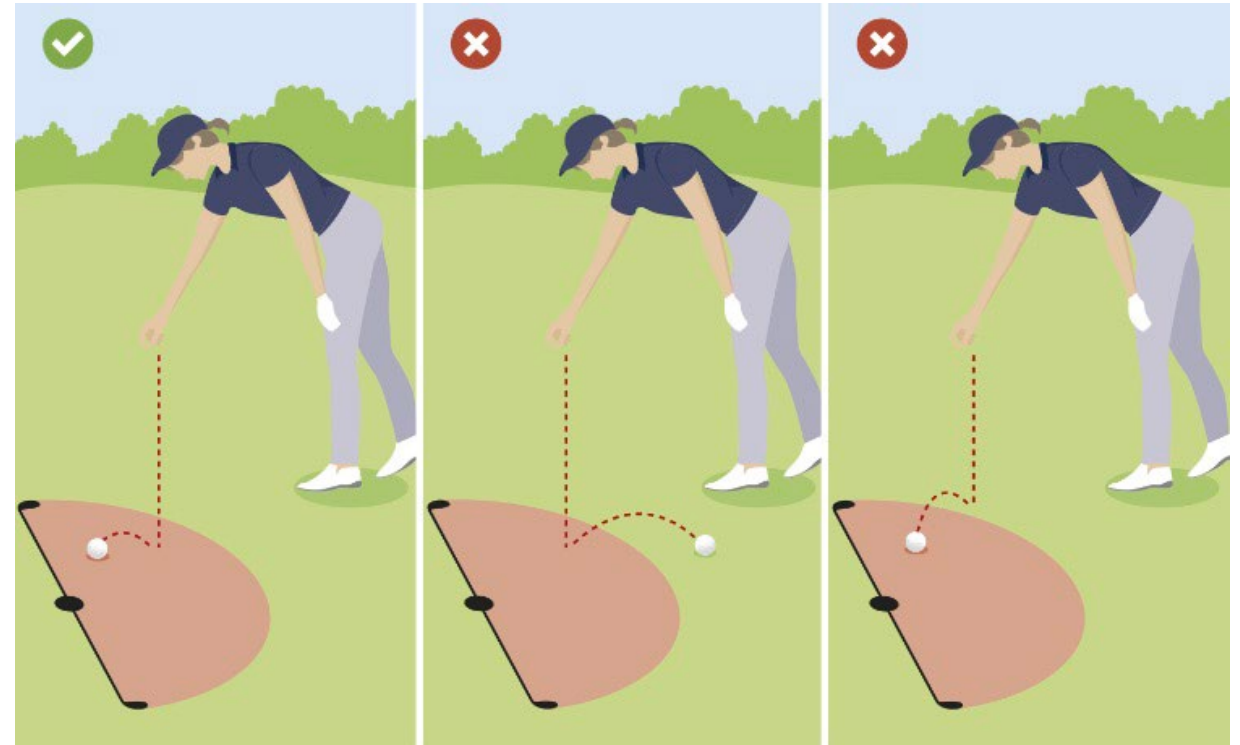
HOE MOET JE EEN BAL DROPPEN

- Je dropt de bal van kniehoogte.
- De bal moet binnen de dropzone landen en stilliggen (eindigen).



DROPZONE?

- Gebied waar je bal moet landen en stil komen te liggen.
- Dit gebied kun je afmeten met je langste club, maar niet je putter.
- Bal moet landen in de dropzone. Of op 'de lijn' bij de ontwijkoptie 'rechte lijn naar achter'.



WAT ER ALLEMAAL MIS KAN GAAN...

- Je bal gaat buiten de baangrenzen: **buiten de baan** (out of bounds).
- Je raakt je bal kwijt: **verloren bal**.
- Je bal is niet te spelen: **onspeelbare bal**.
- Je balt ligt op of tegen iets dat er eigenlijk niet hoort: **losse natuurlijke voorwerpen** en **losse obstakels**.
- Je hebt bij het spelen van de bal last van iets dat het oneerlijk maakt: **abnormale baanomstandigheden**.
- Je bal komt in een **bunker** of een **hindernis**.



—
Bunkers

BAL IN EEN BUNKER: LET OP!

Je **mag niet** iets doen om het zand in de bunker te 'testen'.



Dus wat niet mag:

- het zand raken in je oefenswing of tijdens je backswing;
- je club op het zand neerzetten vlak voor of achter de bal (grounden);
- in de buurt van je bal harken voor je slag.

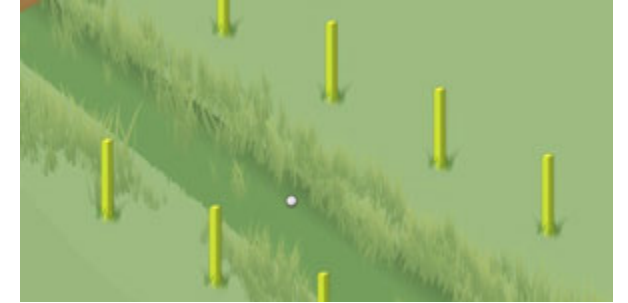
Als je dit doet tijdens een officiële ronde golf....krijg je 2 strafslagen.



—
Hindernissen

HINDERNISSEN

- Gebieden waar je makkelijk je bal kwijt kan raken.
- Of waar het te moeilijk is om je bal daar te spelen.
- Gemarkerd met gele of rode palen.

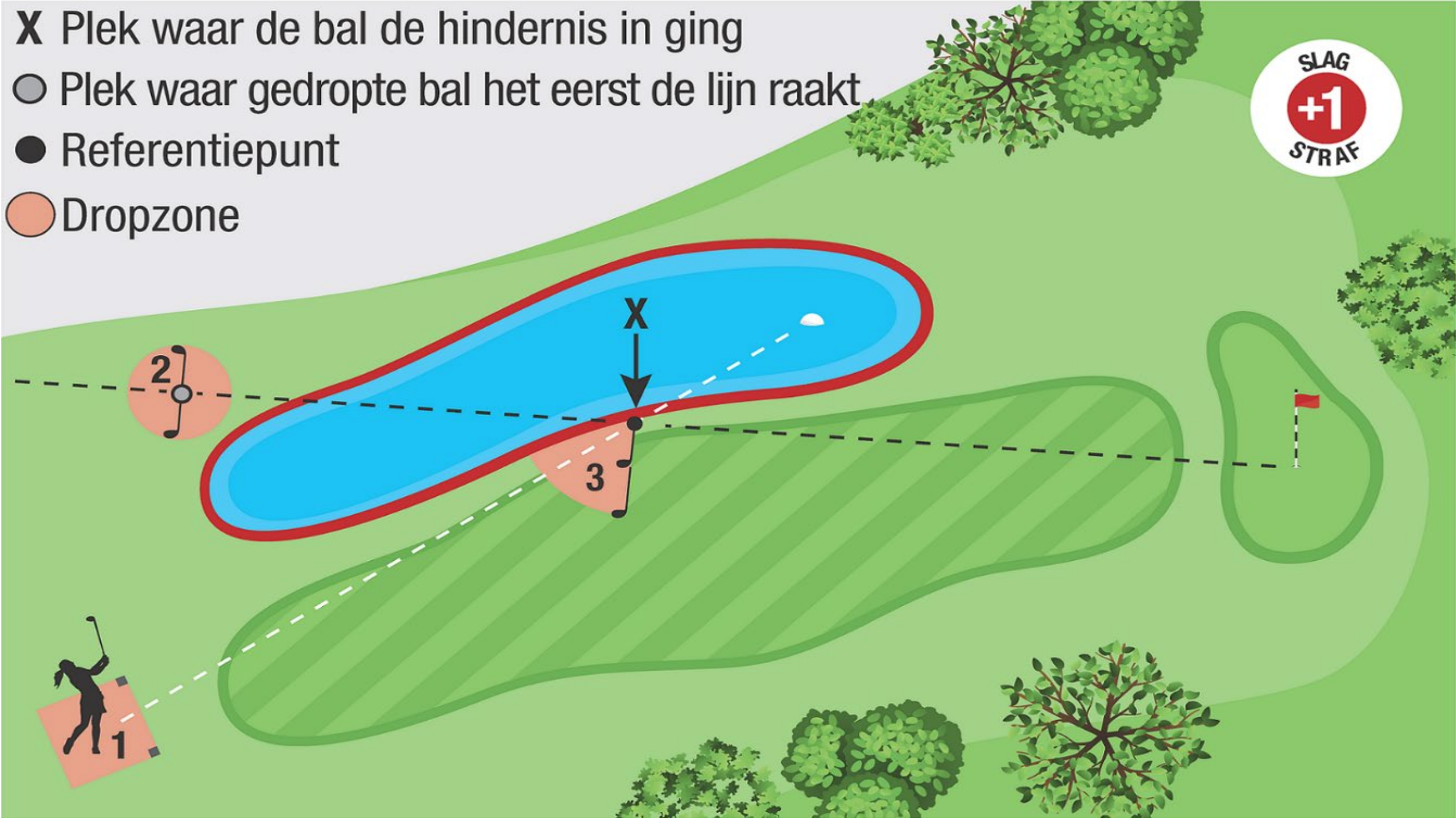


X Plek waar de bal de hindernis in ging

● Plek waar gedropte bal het eerst de lijn raakt

● Referentiepunt

● Dropzone



OPTIES VOOR ONTWIJKEN HINDERNIS

Drie opties om te ontwijken met **één** strafslag:

1. Slag en afstand (terug naar de plaats van de vorige slag).
2. In rechte lijn (vlag) naar achteren ontwijken.
3. Zijwaarts ontwijken (alleen bij rode hindernis).

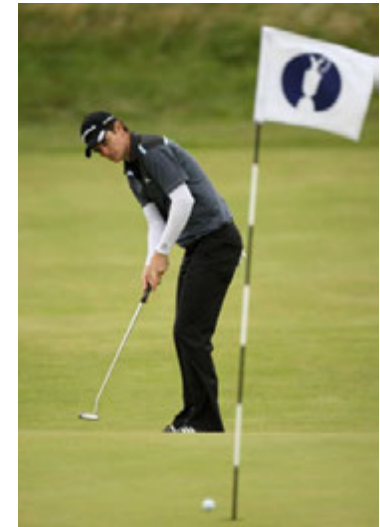
Maar je mag de bal natuurlijk ook gewoon spelen uit de hindernis, **zonder** strafslag!



—
Green

DE VLAGGENSTOK

- Je mag zelf kiezen of je **de vlag in of uit de hole** wilt als je gaat putten.
- Je kunt iemand vragen om de vlag vast te houden boven de hole (te bewaken).
- Als je de vlag laat staan en de bal raakt de vlaggenstok is er niets aan de hand; speel de bal gewoon vanaf de plek waar hij ligt.
- Als je bal niet naar beneden kan vallen door de vlag, ben je toch klaar als de bal een beetje beneden het oppervlak is gezakt.



GOLFREGELS: WAT IS BELANGRIJK?

- **Altijd: Gedragsregels (etiquette)**

Voorschriften over veiligheid, het tempo in de baan en hoe je met de golfbaan moet omgaan.

- **Soms: Spel- en telregels**

- Weten hoe je met lastige situaties om moet gaan en welke 'straf' hierbij hoort.
- Weten hoe je (stablefordscores) moet tellen.

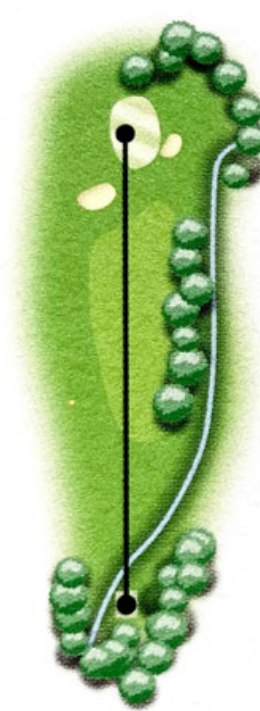
- **Heel soms: Wedstrijdregels**

In aanvulling op de gedragsregels en spel- en telregels: weten wanneer je een regel hebt overtreden en welke 'straf' je moet toepassen.

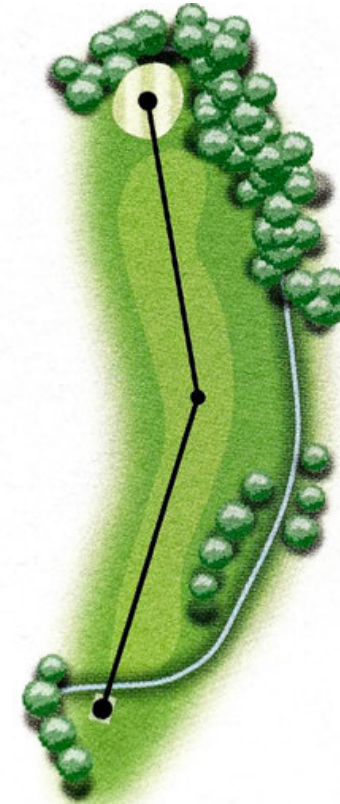


HANDICAP HALEN

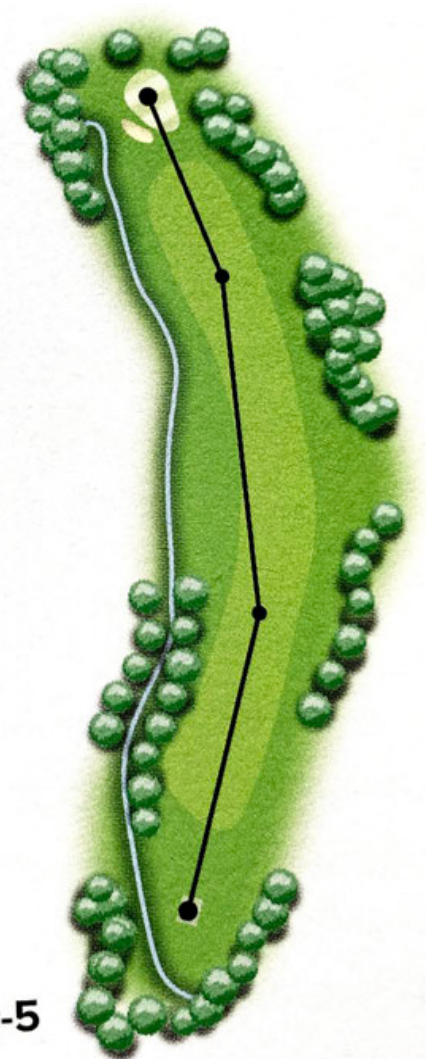
- Handicap: spelniveau boven Par.



Par-3



Par-4



Par-5



HANDICAP 54: SPELNIVEAU

- Toegangsniveau in golf voor de meeste (grote) golfbanen.
- Handicap 54 : 18 holes grote baan = gemiddeld 3 slagen per hole meer dan een speler zonder handicap.

Dus op Par 3 = 6 slagen; Par 4 = 7 slagen; Par 5 = 8 slagen.

Spelend vanaf de **oranje** afslagplaats!



HANDICAP 54 HALEN



- Dit kan je halen als je **1. baanpermissie** hebt en **2. regelexamen** hebt gehaald.
- Door een **Qualifying kaart Hcp 54** in de **app** in te voeren:
Dit is een geregistreerde ronde golf over 9 holes, waarbij je laat zien dat je minimaal **spelniveau** handicap 54 speelt. Dus goed spelen!
- Je speelt zo'n ronde met iemand die ook baanpermissie en regelexamen heeft: je **marker**.



BAANHANDICAP

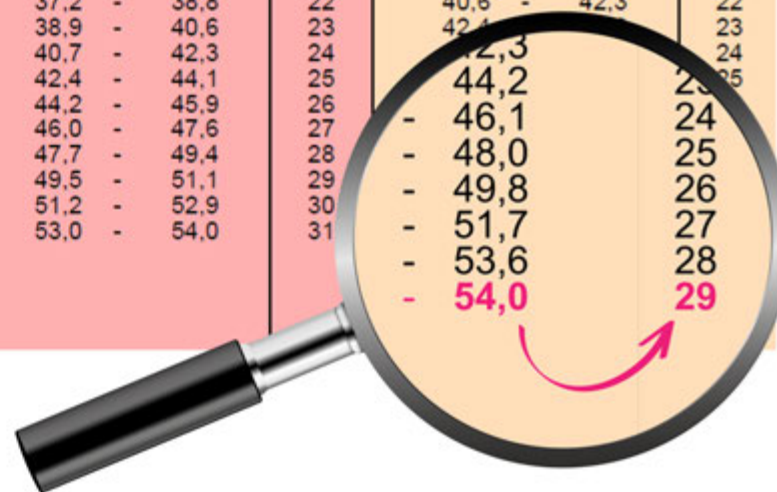
BAANHANDICAP HEREN 1* 9-holes									
BAAN 1 9-holes		BAAN 2 9-holes		BAAN 3 9-holes		BAAN 4 9-holes		BAAN 5 9-holes	
Handicap	Score	Handicap	Score	Handicap	Score	Handicap	Score	Handicap	Score
1		1		1		1		1	
2		2		2		2		2	
3		3		3		3		3	
4		4		4		4		4	
5		5		5		5		5	
6		6		6		6		6	
7		7		7		7		7	
8		8		8		8		8	
9		9		9		9		9	
10		10		10		10		10	
11		11		11		11		11	
12		12		12		12		12	
13		13		13		13		13	
14		14		14		14		14	
15		15		15		15		15	
16		16		16		16		16	
17		17		17		17		17	
18		18		18		18		18	
19		19		19		19		19	
20		20		20		20		20	
21		21		21		21		21	
22		22		22		22		22	
23		23		23		23		23	
24		24		24		24		24	
25		25		25		25		25	
26		26		26		26		26	
27		27		27		27		27	
28		28		28		28		28	
29		29		29		29		29	
30		30		30		30		30	
31		31		31		31		31	
32		32		32		32		32	
33		33		33		33		33	
34		34		34		34		34	
35		35		35		35		35	
36		36		36		36		36	
37		37		37		37		37	
38		38		38		38		38	
39		39		39		39		39	
40		40		40		40		40	
41		41		41		41		41	
42		42		42		42		42	
43		43		43		43		43	
44		44		44		44		44	
45		45		45		45		45	
46		46		46		46		46	
47		47		47		47		47	
48		48		48		48		48	
49		49		49		49		49	
50		50		50		50		50	
51		51		51		51		51	
52		52		52		52		52	
53		53		53		53		53	
54		54		54		54		54	
55		55		55		55		55	
56		56		56		56		56	
57		57		57		57		57	
58		58		58		58		58	
59		59		59		59		59	
60		60		60		60		60	
61		61		61		61		61	
62		62		62		62		62	
63		63		63		63		63	
64		64		64		64		64	
65		65		65		65		65	
66		66		66		66		66	
67		67		67		67		67	
68		68		68		68		68	
69		69		69		69		69	
70		70		70		70		70	
71		71		71		71		71	
72		72		72		72		72	
73		73		73		73		73	
74		74		74		74		74	
75		75		75		75		75	
76		76		76		76		76	
77		77		77		77		77	
78		78		78		78		78	
79		79		79		79		79	
80		80		80		80		80	
81		81		81		81		81	
82		82		82		82		82	
83		83		83		83		83	
84		84		84		84		84	
85		85		85		85		85	
86		86		86		86		86	
87		87		87		87		87	
88		88		88		88		88	
89		89		89		89		89	
90		90		90		90		90	
91		91		91		91		91	
92		92		92		92		92	
93		93		93		93		93	
94		94		94		94		94	
95		95		95		95		95	
96		96		96		96		96	
97		97		97		97		97	
98		98		98		98		98	
99		99		99		99		99	
100		100		100		100		100	

- Baanhandicap/playing handicap: Handicap voor een specifieke baan. Elke baan is anders.
- Dus Handicap 54 betekent niet altijd 3 slagen per hole extra....op een kleine golfbaan betekent het vaak maar 2 slagen per hole.



BAANHANDICAP TABEL DAMES

GEEL CR=38,6 PAR=36 SR=142				BLAUW CR=36,8 PAR=36 SR=133				ROOD CR=36,3 PAR=36 SR=129				ORANJE CR=35,8 PAR=36 SR=121			
HANDICAP			BAAN HCP	HANDICAP			BAAN HCP	HANDICAP			BAAN HCP	HANDICAP			BAAN HCP
+4,0	-	+3,4	0	+4,0	-	+4,0	+2	+4,0	-	+3,2	+2	+4,0	-	+2,5	+2
+3,3	-	+1,8	1	+3,9	-	+2,3	+1	+3,1	-	+1,5	+1	+2,4	-	+0,6	+1
+1,7	-	+0,2	2	+2,2	-	+0,6	0	+1,4	-	0,3	0	+0,5	-	1,3	0
+0,1	-	1,4	3	+0,5	-	1,1	1	0,4	-	2,1	1	1,4	-	3,1	1
1,5	-	3,0	4	1,2	-	2,8	2	2,2	-	3,8	2	3,2	-	5,0	2
3,1	-	4,6	5	2,9	-	4,5	3	3,9	-	5,6	3	5,1	-	6,9	3
4,7	-	6,2	6	4,6	-	6,2	4	5,7	-	7,3	4	7,0	-	8,7	4
6,3	-	7,7	7	6,3	-	7,9	5	7,4	-	9,1	5	8,8	-	10,6	5
7,8	-	9,3	8	8,0	-	9,6	6	9,2	-	10,8	6	10,7	-	12,5	6
9,4	-	10,9	9	9,7	-	11,3	7	10,9	-	12,6	7	12,6	-	14,3	7
11,0	-	12,5	10	11,4	-	13,0	8	12,7	-	14,3	8	14,4	-	16,2	8
12,6	-	14,1	11	13,1	-	14,7	9	14,4	-	16,1	9	16,3	-	18,1	9
14,2	-	15,7	12	14,8	-	16,4	10	16,2	-	17,8	10	18,2	-	19,9	10
15,8	-	17,3	13	16,5	-	18,1	11	17,9	-	19,6	11	20,0	-	21,8	11
17,4	-	18,9	14	18,2	-	19,8	12	19,7	-	21,3	12	21,9	-	23,7	12
19,0	-	20,5	15	19,9	-	21,5	13	21,4	-	23,1	13	23,8	-	25,5	13
20,6	-	22,1	16	21,6	-	23,2	14	23,2	-	24,8	14	25,6	-	27,4	14
22,2	-	23,7	17	23,3	-	24,9	15	24,9	-	26,6	15	27,5	-	29,3	15
23,8	-	25,3	18	25,0	-	26,6	16	26,7	-	28,3	16	29,4	-	31,1	16
25,4	-	26,8	19	26,7	-	28,3	17	28,4	-	30,1	17	31,2	-	33,0	17
26,9	-	28,4	20	28,4	-	30,0	18	30,2	-	31,8	18	33,1	-	34,9	18
28,5	-	30,0	21	30,1	-	31,7	19	31,9	-	33,6	19	35,0	-	36,7	19
30,1	-	31,6	22	31,8	-	33,4	20	33,7	-	35,3	20	36,8	-	38,6	20
31,7	-	33,2	23	33,5	-	35,1	21	35,4	-	37,1	21	38,7	-	40,5	21
33,3	-	34,8	24	35,2	-	36,8	22	37,2	-	38,8	22	40,6	-	42,3	22
34,9	-	36,4	25	36,9	-	38,5	23	38,9	-	40,6	23	42,4	-		23
36,5	-	38,0	26	38,6	-	40,2	24	40,7	-	42,3	24	42,3	-		24
38,1	-	39,6	27	40,3	-	41,9	25	42,4	-	44,1	25	44,2	-		25
39,7	-	41,2	28	42,0	-	43,6	26	44,2	-	45,9	26	46,1	-		26
41,3	-	42,8	29	43,7	-	45,3	27	46,0	-	47,6	27	48,0	-		27
42,9	-	44,4	30	45,4	-	47,0	28	47,7	-	49,4	28	49,8	-		28
44,5	-	45,9	31	47,1	-	48,7	29	49,5	-	51,1	29	51,7	-		29
46,0	-	47,5	32	48,8	-	50,4	30	51,2	-	52,9	30	53,6	-		30
47,6	-	49,1	33	50,5	-	52,1	31	53,0	-	54,0	31	54,0	-		31
49,2	-	50,7	34	52,2	-	53,8	32								
50,8	-	52,3	35	53,9	-	54,0	33								
52,4	-	53,9	36												
54,0	-	54,0	37												



BAANHANDICAP

- Kun je vinden in de tabel: in de hal of op de website.
- De app kent alle tabellen. Check altijd:
 - welke golfbaan (grote of kleine baan)
 - welke lus (vanaf hole 1 of hole 10)
 - welke kleur afslagplaats

BAANHANDICAP DAMES 1^e - 9 HOLES

GEEL CR = 40,2 PAR = 36 SR = 140				ROOD CR = 37,4 PAR = 36 SR = 134				ORANJE CR = 35,8 PAR = 36 SR = 121			
HANDICAP			BAAN HCP	HANDICAP			BAAN HCP	HANDICAP			BAAN HCP
+4	-	+2,8	2,0	+4	-	+3,3	+1	+4	-	+2,5	+2
+2,7	-	+1,2	3,0	+3,2	-	+1,6	0	+2,4	-	+0,6	+1
+1,1	-	0,4	4,0	+1,5	-	0,1	1	+0,5	-	1,3	0
0,5	-	2,0	5,0	0,2	-	1,8	2	1,4	-	3,1	1
2,1	-	3,7	6,0	1,9	-	3,5	3	3,2	-	5,0	2
3,8	-	5,3	7,0	3,6	-	5,2	4	5,1	-	6,9	3
5,4	-	6,9	8,0	5,3	-	6,9	5	7,0	-	8,7	4
7,0	-	8,5	9,0	7,0	-	8,6	6	8,8	-	10,6	5
8,6	-	10,1	10,0	8,7	-	10,2	7	10,7	-	12,5	6
10,2	-	11,7	11,0	10,3	-	11,9	8	12,6	-	14,3	7
11,8	-	13,3	12,0	12,0	-	13,6	9	14,4	-	16,2	8
13,4	-	15,0	13,0	13,7	-	15,3	10	16,3	-	18,1	9
15,1	-	16,6	14,0	15,4	-	17,0	11	18,2	-	19,9	10
16,7	-	18,2	15,0	17,1	-	18,7	12	20,0	-	21,8	11
18,3	-	19,8	16,0	18,8	-	20,4	13	21,9	-	23,7	12
19,9	-	21,4	17,0	20,5	-	22,0	14	23,8	-	25,5	13
21,5	-	23,0	18,0	22,1	-	23,7	15	25,6	-	27,4	14
23,1	-	24,6	19,0	23,8	-	25,4	16	27,5	-	29,3	15
24,7	-	26,3	20,0	25,5	-	27,1	17	29,4	-	31,1	16
26,4	-	27,9	21,0	27,2	-	28,8	18	31,2	-	33,0	17
28,0	-	29,5	22,0	28,9	-	30,5	19	33,1	-	34,9	18
29,6	-	31,1	23,0	30,6	-	32,2	20	35,0	-	36,7	19
31,2	-	32,7	24,0	32,3	-	33,8	21	36,8	-	38,6	20
32,8	-	34,3	25,0	33,9	-	35,5	22	38,7	-	40,5	21
34,4	-	35,9	26,0	35,6	-	37,2	23	40,6	-	42,3	22
36,0	-	37,6	27,0	37,3	-	38,9	24	42,4	-	44,2	23
37,7	-	39,2	28,0	39,0	-	40,6	25	44,3	-	46,1	24
39,3	-	40,8	29,0	40,7	-	42,3	26	46,2	-	48,0	25
40,9	-	42,4	30,0	42,4	-	44,0	27	48,1	-	49,8	26
42,5	-	44,0	31,0	44,1	-	45,7	28	49,9	-	51,7	27
44,1	-	45,6	32,0	45,8	-	47,3	29	51,8	-	53,6	28
45,7	-	47,2	33,0	47,4	-	49,0	30	53,7	-	54,0	29
47,3	-	48,9	34,0	49,1	-	50,7	31				
49,0	-	50,5	35,0	50,8	-	52,4	32				
50,6	-	52,1	36,0	52,5	-	54,0	33				
52,2	-	53,7	37,0								
53,8	-	54,0	38,0								



HANDICAP 54

Heb je veel meer slagen nodig op een hole, dan speel je niet op het instapniveau.

Let bij drukte dus goed op je speeltempo!

Golfpark
Almkreek.
Gewoon Gezellig

het wel wat vlotter!

**De streeftijd voor een ronde van
9 holes is 110 - 120 minuten.**



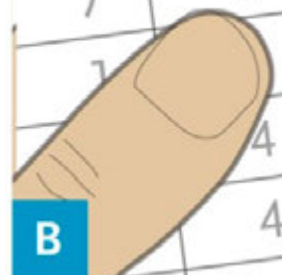
TELREGELS: SCORE BIJHOUDEN

- Strokeplay
- Matchplay
- Stableford
- Wat je maar wilt...



STROKEPLAY

- Alle slagen van alle holes bij elkaar optellen.
- Aan het eind van een ronde tel je alles bij elkaar op.
- Een slechte hole telt dus heel, heel zwaar mee...



orde	Par	Speler	Stableford punten	M
9	4	5		
3	5	6		
17	4	6		
7	3	4		
1		3		
	4	4		
	4			



MATCHPLAY

- Per hole is er een winnaar. Of je speelt de hole gelijk.
- Winnaar van de meeste holes wint match.
- Als je al zeker weet dat je een hole niet meer kunt winnen....dan 'geef' je deze aan je tegenstander. Gaat dus lekker snel!

MATCHPLAY

Exact handicap _____ Playing handicap _____

Wedstrijdvorm: ☐ Stableford ☐ Strokeplay

Hole	Par	Speler	Stableford punten
9	4	1 up	
3	5	2 up	
17	4	1 up	
7	3	all square	
1	4	1 down	
	4	2 down	
A	4		



STABLEFORD

- Per hole verdienen je punten.
- Punten afhankelijk van hoe je speelt t.o.v. je eigen spelniveau (je handicap).
- Speler met meeste punten wint, dit is niet perse de speler met de minste slagen.
- Geen punten meer te verdienen op een hole...bal oppakken (goed voor tempo).

handicap _____

Wedstrijdvorm: ☐ Stableford ☐ Stroke

Stroke index	Par	Speler	Stableford punten
9	4	5	2
3	5	8	0
17	4	7	1
7	3	/	0
1	4	4	3
	4	5	2
	4		



Inges

- | BAANHANDICAP HEREN | | | | | | | | | | | |
|---|----------|---|----------|---|----------|------|------|------|------|------|------|
| 1 ^o - 9 HOLES | | | | | | | | | | | |
| HOLE
10 - 18 HOLE P.O. IN
18 HOLE | | HOLE
19 - 27 HOLE P.O. IN
27 HOLE | | HOLE
28 - 36 HOLE P.O. IN
36 HOLE | | | | | | | |
| WEDNESDAY | THURSDAY | WEDNESDAY | THURSDAY | WEDNESDAY | THURSDAY | | | | | | |
| 10.0 | 12.0 | 42 | 40.0 | 41.0 | 39.0 | 41.0 | 41.0 | 41.0 | 41.0 | 41.0 | 41.0 |
| 11.0 | 11.0 | 41 | 39.0 | 39.0 | 37.0 | 39.0 | 39.0 | 39.0 | 39.0 | 39.0 | 39.0 |
| 12.0 | 12.0 | 40 | 38.0 | 38.0 | 36.0 | 38.0 | 38.0 | 38.0 | 38.0 | 38.0 | 38.0 |
| 13.0 | 13.0 | 39 | 37.0 | 37.0 | 35.0 | 37.0 | 37.0 | 37.0 | 37.0 | 37.0 | 37.0 |
| 14.0 | 14.0 | 38 | 36.0 | 36.0 | 34.0 | 36.0 | 36.0 | 36.0 | 36.0 | 36.0 | 36.0 |
| 15.0 | 15.0 | 37 | 35.0 | 35.0 | 33.0 | 35.0 | 35.0 | 35.0 | 35.0 | 35.0 | 35.0 |
| 16.0 | 16.0 | 36 | 34.0 | 34.0 | 32.0 | 34.0 | 34.0 | 34.0 | 34.0 | 34.0 | 34.0 |
| 17.0 | 17.0 | 35 | 33.0 | 33.0 | 31.0 | 33.0 | 33.0 | 33.0 | 33.0 | 33.0 | 33.0 |
| 18.0 | 18.0 | 34 | 32.0 | 32.0 | 30.0 | 32.0 | 32.0 | 32.0 | 32.0 | 32.0 | 32.0 |
| 19.0 | 19.0 | 33 | 31.0 | 31.0 | 29.0 | 31.0 | 31.0 | 31.0 | 31.0 | 31.0 | 31.0 |
| 20.0 | 20.0 | 32 | 30.0 | 30.0 | 28.0 | 30.0 | 30.0 | 30.0 | 30.0 | 30.0 | 30.0 |
| 21.0 | 21.0 | 31 | 29.0 | 29.0 | 27.0 | 29.0 | 29.0 | 29.0 | 29.0 | 29.0 | 29.0 |
| 22.0 | 22.0 | 30 | 28.0 | 28.0 | 26.0 | 28.0 | 28.0 | 28.0 | 28.0 | 28.0 | 28.0 |
| 23.0 | 23.0 | 29 | 27.0 | 27.0 | 25.0 | 27.0 | 27.0 | 27.0 | 27.0 | 27.0 | 27.0 |
| 24.0 | 24.0 | 28 | 26.0 | 26.0 | 24.0 | 26.0 | 26.0 | 26.0 | 26.0 | 26.0 | 26.0 |
| 25.0 | 25.0 | 27 | 25.0 | 25.0 | 23.0 | 25.0 | 25.0 | 25.0 | 25.0 | 25.0 | 25.0 |
| 26.0 | 26.0 | 26 | 24.0 | 24.0 | 22.0 | 24.0 | 24.0 | 24.0 | 24.0 | 24.0 | 24.0 |
| 27.0 | 27.0 | 25 | 23.0 | 23.0 | 21.0 | 23.0 | 23.0 | 23.0 | 23.0 | 23.0 | 23.0 |
| 28.0 | 28.0 | 24 | 22.0 | 22.0 | 20.0 | 22.0 | 22.0 | 22.0 | 22.0 | 22.0 | 22.0 |
| 29.0 | 29.0 | 23 | 21.0 | 21.0 | 19.0 | 21.0 | 21.0 | 21.0 | 21.0 | 21.0 | 21.0 |
| 30.0 | 30.0 | 22 | 20.0 | 20.0 | 18.0 | 20.0 | 20.0 | 20.0 | 20.0 | 20.0 | 20.0 |
| 31.0 | 31.0 | 21 | 19.0 | 19.0 | 17.0 | 19.0 | 19.0 | 19.0 | 19.0 | 19.0 | 19.0 |
| 32.0 | 32.0 | 20 | 18.0 | 18.0 | 16.0 | 18.0 | 18.0 | 18.0 | 18.0 | 18.0 | 18.0 |
| 33.0 | 33.0 | 19 | 17.0 | 17.0 | 15.0 | 17.0 | 17.0 | 17.0 | 17.0 | 17.0 | 17.0 |
| 34.0 | 34.0 | 18 | 16.0 | 16.0 | 14.0 | 16.0 | 16.0 | 16.0 | 16.0 | 16.0 | 16.0 |
| 35.0 | 35.0 | 17 | 15.0 | 15.0 | 13.0 | 15.0 | 15.0 | 15.0 | 15.0 | 15.0 | 15.0 |
| 36.0 | 36.0 | 16 | 14.0 | 14.0 | 12.0 | 14.0 | 14.0 | 14.0 | 14.0 | 14.0 | 14.0 |
| 37.0 | 37.0 | 15 | 13.0 | 13.0 | 11.0 | 13.0 | 13.0 | 13.0 | 13.0 | 13.0 | 13.0 |
| 38.0 | 38.0 | 14 | 12.0 | 12.0 | 10.0 | 12.0 | 12.0 | 12.0 | 12.0 | 12.0 | 12.0 |
| 39.0 | 39.0 | 13 | 11.0 | 11.0 | 9.0 | 11.0 | 11.0 | 11.0 | 11.0 | 11.0 | 11.0 |
| 40.0 | 40.0 | 12 | 10.0 | 10.0 | 8.0 | 10.0 | 10.0 | 10.0 | 10.0 | 10.0 | 10.0 |
| 41.0 | 41.0 | 11 | 9.0 | 9.0 | 7.0 | 9.0 | 9.0 | 9.0 | 9.0 | 9.0 | 9.0 |
| 42.0 | 42.0 | 10 | 8.0 | 8.0 | 6.0 | 8.0 | 8.0 | 8.0 | 8.0 | 8.0 | 8.0 |
| 43.0 | 43.0 | 9 | 7.0 | 7.0 | 5.0 | 7.0 | 7.0 | 7.0 | 7.0 | 7.0 | 7.0 |
| 44.0 | 4 | | | | | | | | | | |

HOLLANDSCHE
GOLFCLUB

TELREGELS: SCORE BIJHOUDEN

- Strokeplay: alle slagen van alle holes bij elkaar optellen.
- Matchplay: per hole winnaar bepalen, winnaar van meeste holes wint match.
- Stableford: per hole slagen tellen en punten toekennen.
- Wat je maar wilt...

1 2 3 4 5
6 7 8 9 10



GOLFREGELS: WAT IS BELANGRIJK?

- **Altijd: Gedragsregels (etiquette)**

Voorschriften over veiligheid, het tempo in de baan en hoe je met de golfbaan moet omgaan.

- **Soms: Spel- en telregels**

- Weten hoe je met lastige situaties om moet gaan en welke 'straf' hierbij hoort.
- Weten hoe je (stablefordscores) moet tellen.

- **Heel soms: Wedstrijdregels**

In aanvulling op de gedragsregels en spel- en telregels: weten wanneer je een regel hebt overtreden en welke 'straf' je moet toepassen.



PLEZIER!



WAT PRAKTISCHE ZAKEN

- Golfstart.
- Starttijden boeken.
- Doe **het regelexamen** wanneer je klaar bent voor de volgende stap: hcp 54! Thuis op de bank...wanneer jij wilt.
Het examen kun je maken in de app Golf.nl.
- Je krijgt van ons na elke stap mailtjes met vervolginfo:
mailtjes zijn – als je ze kwijt bent – ook op de website te vinden.

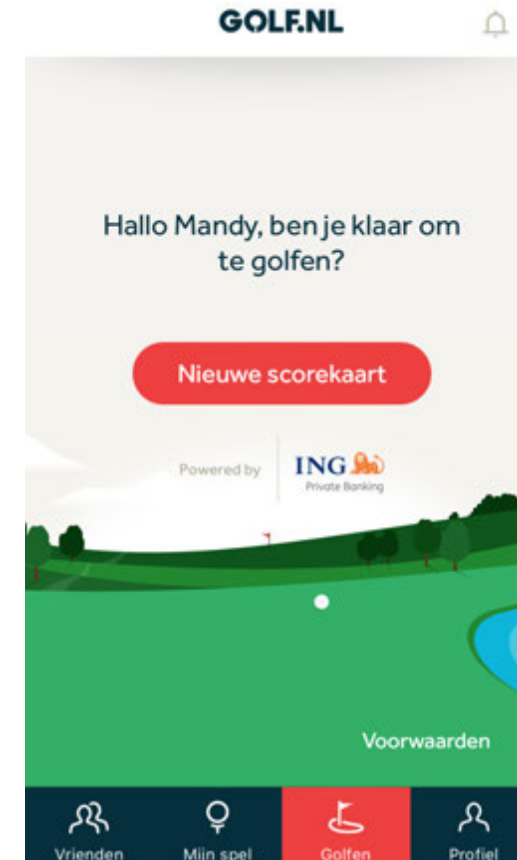


VIA EEN APP ALLES BIJHOUDEN...

HOLLANDSCHE
GOLFCLUB



 Scorekaarten	 Wedstrijden en Evenementen	 Starttijden
 Berichten	 Mijn profiel	 Mijn activiteiten
 NGF-Pas	 Speelrecht	



HOLLANDSCHE
GOLFCLUB



WAT PRAKTISCHE ZAKEN

- Meedoen aan activiteiten.
- Leuke themalessen...voor iedereen!
- Happy Practice Hour.
- Doe gezellig mee en leer andere golfers kennen!

www.hollandschegolfclub.nl



IN 5 STAPPEN NAAR HANDICAP 54

STAP 1. Begin met golfen!

STAP 2. Haal je NGF-Golfbaanpermissie

STAP 3. Golfregelexamen

STAP 4. Speel en oefen lekker veel op onze golfbanen

STAP 5. Haal je handicap 54 | Golfvaardigheidsbewijs



DIGITAAL PASJE GOLFBAANPERMISSIE

- Na 6 golfstartlessen (en veel oefenen) en theorieavond.
- Digitaal NGF-pasje. Te vinden in app.
- Je status op het pasje verandert van

Bewijs van clublidmaatschap
naar ***Golfbaanpermissie***.



BAANPERMISSIE...WELKE GOLFBAAN?

- **Middelgrote baan:**
 - De 14 holes par 3 | 4 baan van Almkreek
- **Grote baan:**
 - Op alle HGC-golfparken.



Tip: De grote baan is best een uitdaging. Pas als je redelijk constant minimaal 70-80 meter kunt slaan, wordt dit echt leuk!



OEFENEN MET BAANPERMISSIE

- Kies een **rustig** tijdstip om te oefenen.
- Speel een **verkorte** ronde.
- Speel vanaf de **oranje** afslagplaats (tee).
- Denk om de **maximale speelduur** van een ronde (2 uur en 10 minuten) en houd aansluiting met golfers voor je.
- **Geniet** van het golfen en maak het jezelf niet te moeilijk!



WWW.HOLLANDSCHEGOLFCLUB.NL

1 CLUB
(LEREN) GOLFEN OP HEEL VEEL
GOLFPARKEN



HOLLANDSCHE
GOLFCLUB

