



# UMEÅ GOLFKLUBB

WWW.UMGK.SE

## Grönt Kort - Manual

### Varmt välkommen till Grönt Kort-utbildningen på Umeå Golfklubb!

Du har anmält dig till en av våra nybörjarkurser, där du under fyra utbildningstillfällen kommer att lära dig golfspelets praktiska grunder. Du kommer senare under säsongen inbjudas till ett femte träningsstillfälle. Då har du hunnit spela några rundor och kanske har fler funderingar kring ditt spel.

I Grönt kort-utbildningen ingår boken, *Grönt kort*. I den hittar du personliga inloggningsuppgifter till webbplatsen [www.golf.se/grontkort](http://www.golf.se/grontkort). Teoriutbildningen sker genom självtester på webben och är indelad i tre områden:

- Golfens slag
- Golfens regler
- Golfvett för roligare golf

På [www.golf.se/grontkort](http://www.golf.se/grontkort) finns hundratals filmer om golfens olika slag, golfvett, banvård och mycket mer. Här kan du i lugn och ro testa dina kunskaper om regler och golfvett. På din personliga sida sparar du dina olika resultat från övningar och självtester och fyller i resultat från träningen på banan.

Under sommaren och hösten har du sedan chansen att träna på det du har lärt dig. Du kommer att tilldelas en fadder som följer med dig på en eller ett par 9-hålsrundor. Målet är att gå igenom regler och golfvett under spelets gång ute på banan.

Som nybörjare gör man sitt utslag från gul-svart pinne, 150 meter från hålet. Därifrån räknar du antal slag tills bollen är i kopp på green. Du får två poäng om du lyckas på fem slag. Sex slag ger ett poäng och fyra slag ger tre poäng. När du så småningom får ihop 18 poäng över nio hål från gul/svart pinne vid ett tillfälle, eller 14-17 poäng vid upprepade tillfällen, erhåller du Grönt kort. (Första spelet på banan, d.v.s. fadderrundorna, görs tillsammans med fadder, instruktör, medlem i Umeå Golfklubb eller medlem i annan golfklubb. Enda kravet är att personen ska inneha officiellt handicap.) Markören för fadderrundan signerar scorekortet. Detta ska sedan lämnas in till kansliet, som för in ditt klubbhandicap 54 i GIT-systemet. Därefter kan du sänka ditt handicap själv med ditt golf-id via [www.golf.se](http://www.golf.se).

### Vad händer sedan?

Med 54 i hcp spelar både damer och herrar från röd tee. Herrar börjar spela från gul tee när de nått ner till 36 i hcp. För det ska man klara nio hål på 18 poäng från röd tee. Det är vanligt att klubbar kräver 36 i hcp för greenfeespel.

Under sommaren (med start under juni månad) ordnas Sällskapsgolfen på onsdagar (se hemsidan eller kansliet för datum) med fredade starttider för att du ska kunna gå en runda tillsammans med gamla och nya bekanta i lite lugnare takt och för att komma i gång med spelet ordentligt. Enda kravet för att vara med på Sällskapsgolfen är att du har Grönt Kort, 54 i hcp. Ju mer du tränar desto bättre blir golfspelet!

I slutet av säsongen ordnar vi en trevlig återträff för alla nybörjare. Den brukar vara ett mycket uppskattat arrangemang, där klubben bjuder på lättare förtäring. Du kommer att få en inbjudan lite längre fram och det kommer anslås på hemsidan och anslagstavlan i klubbhuset.

Klubben kommer att erbjuda fortsättningskurser för nybörjare, *Träning mot officiellt HCP*. För mer information kring denna gruppträning besök vår hemsida [www.umgk.se](http://www.umgk.se). Du kan också anmäla dig till

någon av våra ordinarie gruppträningar, eller ta en enskild lektion med någon av våra tränare: Mathias Ferry, Jonas Larvia, Maria Swärdsudd eller Michaela Bordeianu.

### **Övrigt**

Gå in och följ oss på våra sociala medier. På facebook heter vi Umeå Golfklubb och på instagram UmeaGK. Här kommer löpande uppdateringar om vad som sker på klubben och i vår shop. Detta gäller även vår hemsida, [www.umeagk.se](http://www.umeagk.se) som vi ständigt uppdaterar!

Återigen välkommen och lycka till med spelet i sommar!!

Peter Brandt  
Ordförande i medlemskommittén