

Inhaltsverzeichnis

Vorwort: Warum dieses Buch?	9
– Einleitung –	
Langsames Spiel bringt Stress	11
– Kapitel 1 –	
Wo und wie man Zeit verliert: Grundsätzliches	17
<i>Die Spielstärke</i> 19	
<i>Die Größe des Flights</i> 20	
<i>Die Partnerwahl</i> 21	
<i>Aufgaben des gesamten Flights</i> 21	
„Ready Golf“ 22	
<i>Die Risikobereitschaft</i> 23	
„Spielzeit“ und „Leerzeit“ 23	
<i>Spielzeit gewinnen</i> 25	
<i>Die Platzierung von Tasche und Trolley</i> 27	
<i>Elektro-Trolleys und Elektrowagen</i> 28	
– Kapitel 2 –	
Wo und wie man Zeit verliert: Beim eigentlichen Spiel . .	31
<i>Die Probeschwünge</i> 33	
<i>Das Zielen</i> 34	
<i>Die Entfernungsmessung</i> 34	
<i>Die Konzentration</i> 35	
<i>Die Suche des Balles</i> 36	
„Unangemessene Spielverzögerung“ 37	
<i>Der Caddie hilft beim Suchen und ...</i> 39	
... auch bei anderen Dingen 40	
<i>Ball im Rough</i> 40	
<i>Provisorischer Ball</i> 41	

<i>Ball im Bunker</i>	42
<i>Das Zählen des Scores</i>	42
<i>Regelsicherheit</i>	44
<i>Zeitmanagement auf dem Grün</i>	44
<i>Quintessenz: Sekundenmanagement</i>	47
 – Kapitel 3 –	
Wo und wie man Zeit verliert:	
Die Wahl der Ausrüstung	49
<i>Tasche und Trolley</i>	51
<i>Die Anzahl der Schläger</i>	53
<i>Die Wahl des Balles</i>	53
<i>Der Kleinkram</i>	54
<i>Verpflegung</i>	55
<i>Sonnenschutz</i>	55
<i>Regenschutz für die Tasche</i>	55
<i>Regenkleidung</i>	56
<i>Ersatzhandschuhe</i>	57
<i>Das Handtuch</i>	57
<i>Regenschirm und Regenschirmhalter</i>	58
<i>Das Handy</i>	59
 – Exkurs I –	
Golfen im Gewitter	61
<i>Aus heiterem Himmel</i>	63
<i>Direkter oder indirekter Blitzschlag</i>	65
<i>Sicherer Schutz ist rar</i>	66
<i>Auch Turniere sind gefährlich</i>	67
<i>Quintessenz</i>	68
 – Exkurs II –	
Golfen – reflektiert	69
Dank	77