

# *Inhalt*

- 1 Wie fange ich an 1
- 2 Die Grundbegriffe 15
- 3 Das Schlagen des Balles: Der Spaß beginnt! 43
- 4 Ums Grün herum 69
- 5 Bunkerschläge: Haben Sie keine Angst vor dem Sand! 103
- 6 Länger werden: Wie schlage ich den Ball weiter? 123
- 7 Der Schlüssel zum Erfolg 133
- 8 Klares, konzentriertes Überlegen führt zu gutem Golf 143
- 9 Wie meistere ich schwierige Situationen 157
- 10 Im Turnier: Auf Gewinn spielen . . . und dennoch Freude daran haben 161
- 11 Training und Ernährung 179
- 12 Mein Kind lernt Golfspielen 197
- 13 Nur für Damen: Tips für Ihr Spiel 201
- 14 Erfahrungen und Tips aus Pro/Am-Spielen 209