



MI REVISTA DE GOLF

Campeonato de España Infantil,
Alevín y Benjamín REALE

Cita con el futuro

**Puntuables Nacionales
Juveniles REALE**
Jóvenes campeones en La Cala

Material para niños
¿Qué hacer para empezar a jugar?

Entrevista
Rocío Sánchez
La garra andaluza





¡Felicidades
Campeones!

Nerea Salaverría y Adrián Otaegui ganadores del Torneo

LACOSTE
PROMESAS
Golf



Foto de portada www.hole-golf.com - Iñigo Alfaro

4 - 6 Puntuables Nacionales Juveniles REALE

7 Doral Junior Publix Classic

8 - 9 Puntuables Zonales Juveniles

10 - 11 Reportaje material

12 - 14 Entrevista con Rocío Sánchez

15 Concurso de Dibujo

16 Psicología

17 Reglas de Golf y Protocolo

18 El Rincón Ecológico

19 Material Junior



Publicación Oficial
de la Real Federación
Española de Golf
c/ Provisional Arroyo del Fresno Dos, 5
28035 Madrid
Tel. 91 555 26 82

Presidente **Gonzaga Escarriaza**
Coordinadora editorial **Blanca Mayor**
Dirección **Miguel A. Caderot**
Redacción **Miguel A. Caderot y Jorge Villena**

Edita **Malva Comunicación, s.l.**
Publicidad **Malva Comunicación, s.l.**
Av. Manuel Girona, 68 local 2 bajos, 08060 Castelldefels (Barcelona)
Tel. 93 636 63 23 Fax 93 636 63 55
Depósito Legal **B-4776198**

EDITORIAL

Aprender a pensar, aprender a jugar

"Hay que tener las cosas claras, saber lo que se quiere hacer en cada momento, plantearse los golpes uno a uno sin fijarse metas a medio o largo plazo dentro de una misma jornada de golf. Es vital estar sereno pero tenso a la vez para no fallar lo más fácil ni acobardarse ante lo más difícil", dicen repetidas veces los jugadores profesionales de golf.

Los niños y niñas más pequeños que componéis la extensa y prolífica cantera del golf español apenas reparáis en estas consideraciones. Jugáis, y hacéis bien, por intuición, empujados por el ánimo que os transmite desarrollar una actividad complicada pero que al tiempo reporta grandes satisfacciones.

No obstante, resulta conveniente, tanto para el golf como para cualquier otro ámbito de la vida, aprender a pensar cómo enfrentarnos con este deporte como paso previo, o al menos al tiempo, a que se aprende a jugar, sobre todo cuando de lo que se trata es de afrontar una actividad diabólicamente interesante que sin embargo puede resultar frustrante cuando no se siguen una serie de pautas porque lo que se persigue es la satisfacción inmediata.

Vuestros padres y vuestros profesores son los principales encargados de transmitir su sabiduría, siempre con el reto de no traspasar delicados límites contraproducentes, en especial cuando los consejos se tornan en exigencias. El cuidado y el mimo combinado con la rectitud son las recetas adecuadas para transmitir confianza, para generar una mente serena a la hora de enfrentarse a situaciones más complicadas que sin duda volverán a producirse durante la celebración del próximo Campeonato de España Infantil, Alevín y Benjamín, con padres y profesores preocupados por si sus pupilos son capaces de enfrentarse con la mente clara a la presión que supone luchar por un título en juego.

Y eso, en golf, es un camino muy peligroso, un callejón muchas veces sin salida que únicamente se supera mediante la paciencia y la humildad, mediante un aprendizaje que reside en la mente -voy a hacer las cosas bien, voy a intentarlo consciente de que se falla cuando se practica, pero no por ello voy a arrojar la toalla- y que tiene beneficios tanto inmediatos como a largo plazo en el juego propiamente dicho.

Miguel Ángel Caderot



Fotos: La Cala Golf Resort

200 campeones

Tradicionalmente, quienes han ganado esta competición han tenido un buen futuro dentro del mundo del golf

Pocas competiciones hay como los Puntuables Nacionales Juveniles REALE, el gran reto anual que afrontan Cadetes, Infantiles y Alevines de toda España para mostrar su valía ante sus iguales. Ahí se ven las caras centenares de niños, que compiten durante dos días en campos difíciles, bajo la presión que se ponen ellos mismos.

Talento a espuestas, golpes increíbles, sonrisas, lágrimas, y desgraciadamente, sólo un puñado de campeones. Así de intensos son los Puntuables Nacionales Juveniles REALE, unos pocos ganadores pero, por el contrario, 200 auténticos campeones.

Jon Rham la 'rompe' en La Cala

Hasta 200 chicos y chicas se desplazaron hasta el campo de La Cala Resort de Mijas (Málaga) para participar en esta fiesta del golf. Todos con ilusiones y buenas maneras -pocos golpes defectuosos se vieron en los recorridos América y Asia- y liderados por una terna de jugadores sencillamente impresionantes.

Pequeños campeones

Si meritorias han sido las actuaciones de los cadetes e infantiles, más espectaculares parecen aún las de los pocos y valientes jugadores alevines que afrontaron las dos vueltas en La Cala. Xabier Gorospe y Covadonga Sanjuán vencieron las categorías masculina y femenina, respectivamente, y dejaron constancia de que la edad no es un obstáculo para jugar bien al golf.



Uno de ellos, seguramente el que más, es Jon Rahm, golfista vasco que va creciendo en su golf a pasos agigantados, como demostró en Mijas. Su victoria en la competición Cadete es un ejemplo de su calidad como jugador: tras una primera jornada discreta -que no mala, porque 78 golpes no los firma cualquiera-, resurgió en su segundo recorrido para entregar una tarjeta de 169 golpes!

Con un registro así era casi imposible que Jon Rahm no se apuntase el triunfo... pero había varios jugadores que todavía osaron a poner en problemas al 'crack' vasco. Fue un paisano suyo, el vizcaíno Javier Sainz, quien estuvo cerca de arrebatarle el triunfo. De hecho, tanto él como el valenciano Rafael Mustienes, ambos con 73 golpes, y el madrileño Eder Moreno, en su caso, con 72, lideraron la clasificación el primer día con gran autoridad. Sin embargo, no eran conscientes de que les esperaba un torbellino llamado Jon Rham en la segunda de las rondas.

Talento a espuertas, golpes increíbles, sonrisas, lágrimas, y desgraciadamente, sólo un puñado de campeones. Así son los Puntuables Nacionales Juveniles REALE.

Camilla Hedberg vs Carmen Laguna

Si la tremenda remontada de Jon Rham marcó la prueba masculina -que se disputó íntegramente en el campo América-, la femenina fue el marco de un duelo apretado a más no poder entre la barcelonesa Camilla Hedberg y la sevillana Carmen Laguna. Tan apretada estuvo la prueba que ambas contabilizaron los mismo golpes tras los 36 hoyos: 148, sólo uno menos que la balear Luna Sobrón. La jugadora catalana, habitual en los últimos tiempos en los Equipos Nacionales, perdió terreno respecto de sus rivales en la primera jornada, en la que no bajó de los 77 impactos, pero lo recuperó con una 'vueltaza' de 71. Carmen Laguna, sin embargo, hizo gala de una mayor regularidad que su rival, y tras apuntarse un 75 terminó con un 73. En definitiva, ambas fueron merecedoras del mayor reconocimiento, al igual que Luna Sobrón y que la aragonesa María Tirado, cuarta con un total de 150 golpes. El hecho de que una jugadora de la talla de la malagueña Rocío Sánchez, una de las ganadoras el año pasado en Navarra, no encontrase acomodo en el 'Top 5' de la competición, habla bien a las claras del buen tono del torneo.

Infantiles que parecen 'pros'

Tan buen nivel como las competiciones cadetes tuvieron las dos infantiles. Y hasta tan igualadas, en el caso de la prueba femenina, que también resultaron dos ganadoras. La masculina fue, de largo, la menos equilibrada de las competiciones gracias al arrollador dominio del donostiarra Pablo Matesanz, que incrementó su exigua ventaja de la primera jornada -un impacto sobre Mario Beltrán y Jordi Panés- con una espectacular ronda digna de un 'pro', 74 golpes.

En cuanto a las chicas, el papel protagonista lo jugaron la andaluza Paloma Fernández y la cántabra Ha Rang Lee, ganadoras por un escasísimo margen -un golpe- sobre Ainhoa Olarra y Claudia Galindo, que rindieron igualmente a muy buen nivel y dieron aún más lustre a un fin semana especial en todos los aspectos. Lo dicho, sólo unos cuantos se llevaron los trofeos, pero hasta 200 jugadores ganaron en La Cala. 🚩



Siempre en la pomada

No hubo victoria española pero sí una gran actuación de nuestros golfistas en esta importante competición internacional que cierra el año

El golf español estuvo a punto de cosechar una nueva ristra de éxitos en el Doral-Publix Junior Classic, el torneo que cada año cierra la temporada en Estados Unidos y que tan buenas noticias suele deparar para nuestro deporte. Esta vez no hubo victorias que traernos a casa, pero sí un puñado de buenos resultados y, sobre todo, muy, muy buenas sensaciones, las que emanan de Camilla Hedberg, Álvaro Veiga, Anna Arrese,...

Tres 'Top 3' para cerrar el año

Una última jornada no demasiado afortunada por parte de nuestros chicos, que se volvieron a desplazar masivamente hasta el Doral Golf Resort & Spa de Miamo, dejó sin premio las buenas actuaciones de la malagueña Rocío Sánchez, la barcelonesa Camilla Hedberg y el coruñés Álvaro Veiga, que pese a todo concluyeron su participación entre los tres primeros en sus respectivas categorías.

Todos ellos mantuvieron sus opciones hasta el final, pero hay que recordar que en este torneo participan muchos de los que en unos años vista serán figuras de los Circuitos profesionales más importantes del mundo.

Rocío Sánchez rozó el triunfo en la categoría femenina de 14-15 años, pero la francesa Emilie Alonso respondió a sus ataques finales con buen juego y se proclamó justa vencedora. Tan solo un puesto por detrás, en un meritorio tercero, acabó la barcelonesa Camilla Hedberg, protagonista de una notable actuación a lo largo de todo el torneo.

Por su parte, Álvaro Veiga, en la categoría de chicos de 14-15 años, pudo firmar el que hubiese sido el triunfo español de 2008, pero se le escapó de las manos al verse superado por el japonés Tomoya Tokunaga y el francés Stanislas Gautier.

También Anna Arrese -recordemos, defensora del título en la categoría de 16-18 años- alcanzó la jornada final con posibilidad de triunfo, pero las perdió con una tarjeta final de 79 golpes que dejó el torneo en bandeja a la belga de origen español Laura González-Escallon. No fue un triunfo español, pero algo es algo. Antes de que entrasen en juego los golfistas mayores de 14 años, lo hicieron los jugadores de las categorías inferiores con la participación de tres españoles. La valenciana Marta Pérez, cuarta entre las chicas de 10-11 años, fue la mejor de nuestras representantes en este tramo del torneo. ▶

Álvaro Veiga



Foto: www.holegolf.com - Iñigo Alfaro

El chico del 66

Andrés Freire consiguió ese extraordinario registro, récord del campo en Montealegre, en el I Puntuable Zonal Juvenil de Galicia-Asturias

Como ya sabréis de sobra a estas alturas de año, los Puntuables Zonales Juveniles 2009 ya han consumido casi la mitad de sus citas con mejores resultados y, lo más importante, con mayor participación que en ediciones anteriores, lo que ya constituye todo un éxito. Pero si por algo pasarán estos Zonales a la historia no será tanto por eso sino por el extraordinario registro que llegó de la primera competición en la que se vieron involucrados jugadores asturianos y gallegos. Y es que uno de ellos, el coruñés Andrés Freire, se fue del campo de Montealegre (Orense) con una tarjeta bajo el brazo de 166 golpes!

Récord del campo

Cualquiera podría pensar que el 66 de Andrés Freire (5 bajo par) -récord del campo!- responde a un día de buena fortuna de un jugador de muy buen nivel. Sin embargo, el azar no sirve para explicar el 68 (3 bajo par) que firmó este cadete en la jornada precedente. 134 golpes en dos días no son cosa de la fortuna, sino del buen hacer de un chico a tener muy en cuenta en el futuro. Guillermo Soto (137) o Álvaro Postigo (142) corroboraron que Montealegre es, sin duda, un campo idóneo para golfistas de la categoría. En la vertiente femenina las mejores noticias procedí-



an de una asturiana, Elisa Suárez, que para no quedarse atrás respecto a los chicos invirtió un total de 145 golpes en sus 36 hoyos: una vuelta de 71 (par) y otra de 74.

El estreno, en Son Antem

La primera prueba del calendario de estos Puntuables Zonales Juveniles se vivió en el campo mallorquín de Son Antem repitiendo la dinámica de años anteriores: alta participación, buen ambiente, resultados sorprendentes y mucho talento en el grip de algunos chicos y chicas.

La prueba dejó muchos nombres, sí, pero dos por encima de todos, los de la balear Luna Sobrón y el barcelonés Pep Anglés, ambos firmantes de recorridos inferiores a 72 golpes. La primera lideró la categoría Cadete Femenina con una primera vuelta de 70 golpes y otra segunda de 74 para un total de

144, mientras que el segundo encabezó la vertiente masculina de esta categoría con rondas de 71 y 74 golpes, uno más que la joven jugadora balear.

Desde entonces, el aluvión de Zonales no ha parado. Los I Puntuables Zonales Juveniles de las zonas 3 (Valencia-Murcia), 6 (Madrid-Castilla La Mancha) y 8 (Castilla León-Extremadura) nos dejaron para el recuerdo los buenos resultados cosechados por el madrileño Eder Moreno, vencedor con un acumulado de 150 golpes, y el valenciano Rafael Mustienes, que se quedó en los 151. Rocío Cubero (158) y Eva Valiente (156) fueron su reflejo en las pruebas Cadete Femenina.

En lo que respecta a la competición de Zarapicos (Salamanca), en la que midieron castellanoleoneses y extremeños, el mejor juego lo exhibieron José Luis Hernández (156) y Carmen Guerra (179).

Espectacular Ha Rang Lee

Si buenos habían sido los registros y sensacionales las actuaciones de algunos de nuestros jóvenes valores, absolutamente espectacular fue el papel firmado por la jugadora cántabra Ha Rang Lee en el I Puntuable Zonal Juvenil para golfistas de Aragón, Navarra y Cantabria que acogió el campo navarro de Castillo de

Gorráiz. Un acumulado de 145 golpes -un registro aún más espectacular habida cuenta de que se trata de una competidora en la categoría Infantil-, distribuidos en jornadas de 70 y 75, le otorgó el triunfo. Sencillamente, sensacional. Un aragonés, Jorge Benítez, le dio la réplica en la competición masculina con 152 golpes.

A miles de kilómetros de tierras navarras, en la soleada Canarias, otros de los chicos que apuntan alto, Salvador García, deslumbró en el Real Club de Golf de Las Palmas con un acumulado de 146 golpes que incluía una tarjeta de 71 impactos. Marta Gutiérrez, con 157, fue la mejor jugadora insular en el apartado femenino.

Todos estos jugadores pusieron la nota de color a unos Puntuables Zonales Juveniles 2009 que, salvo que registren otra machada como la que vimos en Montealegre, ya tienen un claro protagonista: Andrés Freire. ▶



¿Qué necesito para empezar a jugar?

Resulta imprescindible que los palos tengan la medida justa para cada niño, ni grandes ni pequeños

Como se suele decir siempre, todo es ponerse. Y jugar bien al golf es cuestión de eso, de ponerse, y si se hace desde niño, mucho mejor. La gran incógnita a la hora de afrontar un deporte tan complejo es cómo ponerse: qué material utilizar, qué técnicas poner en

práctica para mejorar o qué profesor nos conviene a cada uno. Resolver satisfactoriamente estas incógnitas es clave para formarnos una buena base desde pequeños para, con el tiempo, ir progresando en nuestro golf y llegar por lo menos a pasarlo bien en un campo, que no es poco.

Fundamental, palos a medida

Seguro que muchos de vosotros habéis dado vuestros primeros golpes con palos de plástico. ¿Son convenientes o es preferible comenzar desde los 4 ó 5 años con material más profesional? Desde luego que son recomendables los palos de plástico, sobre todo porque tienen un peso escaso, el adecuado para jugadores que todavía no poseen la fuerza necesaria para manejar un hierro.

La Directora Deportiva del Comité Técnico Juvenil, Macarena Tey, cita como un factor fundamental en el aprendizaje "comenzar a jugar con palos adaptados en peso y tamaño. Se observa mucho eso de comprar palos grandes a los chicos para que los puedan utilizar en el presente y en el futuro, y eso es un gran error, ya que tienen un tamaño desproporcionado para los chavales y se les obliga con ello a adaptar el swing y a coger vicios que pueden repetir en el futuro", advierte.

Los palos de plástico, además, permiten al niño más libertad, ya que siempre que un principiante comience con hierros deberá tener la compañía de un adulto para evitar daños involuntarios. "En definitiva, los palos de plástico, por su peso, son idóneos para estrenarse, pero lo fundamental es que esos palos estén adaptados a la altura de cada uno. Mejor empezar con palos de segunda mano o no muy buenos, siempre que sean a medida de cada uno, que estrenarse con un material buenísimo que no esté adaptado", recalca Macarena Tey.

Aprender con otros deportes

Al igual que habréis hecho muchos de vosotros, no hay mejor forma de aprender a jugar al golf que hacerlo jugando, valga la redundancia. Esta técnica, cada vez más extendida en las canchas de prácticas españolas, exige a los profesores contar con artilugios como una diana con una bandera en el centro -para premiar a aquel que más se acerque al objetivo- o cestas, ideales para practicar un híbrido entre el chip y el baloncesto. De esta forma, aprender a patear o a chipear puede ser mucho más divertido que hacerlo desde la tantas veces tediosa, pero siempre necesaria, alfombrilla.

Cuando ya conocemos la teoría -más o menos, que en este deporte uno nunca deja de aprender-, es hora de pasar a la práctica. Es decir, llega el momento de enfrentarnos al campo, algo que puede ser una auténtica delicia... ¡o la peor de las pesadillas!

Para que nuestra primera experiencia sea lo más divertida posible, los profesionales de la enseñanza

Tamaños desproporcionados de palos generan vicios en el swing que luego son difíciles de corregir

recomiendan hacer una primera toma de contacto plurideportiva. Esto es, hacer un hoyo jugando a varios deportes: salir desde el tee con un chut de fútbol, seguir con un hierro 7, tercer golpe con un bate de béisbol y finalizar con nuestro putt. Innovador y divertido, que es de lo que se trata.



Los pares 3, perfectos para iniciarse

Cuando el profesor decida que ha llegado el momento de jugar hoyos completos únicamente con nuestros palos -tres o cuatro hoyos para empezar están muy bien-, lo mejor es que lo hagamos en pares 3, que son mucho más cortos y tremendamente divertidos. ¿Puede un niño de 6 años enfrentarse a un hoyo de 350 metros? Muchos sí, pero no es bueno para iniciados. Recordad que se trata de divertirse, que es la mejor manera de engancharse a cualquier deporte. ▶



Rocío Sánchez, calidad asegurada

“Azahara Muñoz o Carlota Ciganda están entre mis referentes”

Cualquiera de los jugadores jóvenes que disputa habitualmente pruebas nacionales en España sabe perfectamente quién es la malagueña Rocío Sánchez. Lo sabe porque esta jovencita de 16 años lleva años jugando -y ganando- pruebas de todo pelaje a lo largo y ancho del Territorio Nacional.

Es carismática, talentosa, ambiciosa y muy querida por sus compañeros, la mezcla ideal de condimentos que debe atesorar una buena jugadora de golf. Sin embargo, a comienzos de 2008 su progresión se vio frenada por un desgarramiento en la cadera, consecuencia del crecimiento, que le hizo temer por su futuro en la competición.

Una vez recuperada y pasado el susto, Rocío Sánchez vuelve a vislumbrar con optimismo su futuro. De momento, éste pasa por la Escuela Nacional, aunque más adelante puede que pase por el Circuito Europeo o por Estados Unidos. “Nunca se sabe”, como ella dice, pero la cosa pinta bien. Rocío ha retomado fuerzas y ataca de nuevo.

Primera prueba, primer triunfo

Plenamente recuperada de su lesión, Rocío Sánchez ha firmado un sensacional comienzo de año. De hecho, ya cerró de forma óptima 2008 con un segundo puesto en su categoría del Doral-Publix Junior Classic. A la vuelta de las vacaciones navideñas, la malagueña confirmó su plena recuperación imponiéndose en la I Prueba Seleccionable Femenina 2009, celebrada en Villaitana Golf (Alicante).

Es decir, que fue llegar y besar el santo, y eso que la propia Rocío reconoce que “no tenía ni idea de cómo podía ir la competición” a la vista de que allí se encontraban las mejores jugadoras españolas.

“Fue un triunfo trabajado y difícil, porque estaban todas las (golfistas) buenas. La clave creo que estuvo en que he trabajado mucho y bien en los meses anteriores”, sentencia con naturalidad para explicar

su victoria frente a jugadoras de la talla de María Hernández, ganadora de hasta diez pruebas en Estados Unidos.

Todo ese trabajo del que habla es más llevadero gracias al entorno que le rodea en la Escuela Nacional, ese vivero de talento joven que se entrena a las órdenes de Salva Luna y Marta Figueras-Dotti. “Es mi segundo año aquí, en la Escuela, y la verdad es que cada vez me encuentro mejor, porque puedo hacer algo que de ninguna otra forma podría hacer. Aquí me dedico a jugar a golf y a estudiar, la Federación Española me da la oportunidad de hacerlo, y eso hay que aprovecharlo como sea”, dice con un acento andaluz del que no se ha librado en Madrid (“¡es que somos seis andaluces en la Escuela!”).

Rocío reconoce que mantiene “una fuerte rivalidad” con Anna Arrese, Mandy Goyos o Ana Fernández de Mesa, con las que suele pugnar por los triunfos, “pero siempre con deportividad y amistad. Entre nosotras hay mucha competencia porque hay mucho nivel, nos hemos enfrentado en muchas ocasiones siendo muy chicas, pero es una rivalidad sana. Todas ellas son buenísimas como jugadoras y como compañeras”, afirma.

Además de la faceta humana, Rocío Sánchez asegura haber crecido deportivamente desde que diese el salto de Málaga a Madrid, donde se ha encontrado

Pionera en el Evian Masters Junior Cup

El 23 de julio de 2007 concluía la primera edición de la Evian Masters Junior Cup, una novedosa competición para jugadores de hasta 14 años que desde entonces sirve de prólogo de la prestigiosa prueba profesional femenina del mismo nombre. Japón obtuvo el triunfo por equipos, pero Rocío Sánchez se apuntó la victoria individual en la categoría femenina, inscribiendo su nombre para siempre en el palmarés de un torneo con mucho futuro.

“Me gusta más ver golf masculino que femenino, pero me encanta ver los golpes de Annika Sorenstam o Julie Inkster y de españolas como Tania Elósegui o Paula Martí”

con una gran cantidad de medios a su alcance, como un psicólogo, Óscar del Río, al que se muestra muy agradecida por su trabajo. “No sé cómo podríamos afrontar este juego sin un psicólogo, la verdad. Nos ayuda a afrontar los momentos de más presión, algo que es clave en este deporte”, reconoce.

A por todas en el futuro

Optimista por naturaleza, Rocío Sánchez no podría ver su futuro sino con buenas sensaciones. Lleva el golf en la sangre y es trabajadora, sólo falta que la suerte acompañe. Pero si algo tiene claro es que le gustaría intentar, al menos, llegar al mundo profesional... “y puestos a pedir, jugar el Circuito Femenino de Estados Unidos” (LPGA).

De momento se conforma con seguir los pasos de las últimas grandes campeonas españolas: “Azahara Muñoz o Carlota Ciganda están entre mis referentes, está claro”, apunta, conocedora de la gran trayectoria que ambas están desarrollando al otro lado del Atlántico.

La malagueña no oculta que una de las posibilidades de futuro le puede llevar a tierras norteamericanas a jugar y a estudiar una carrera universitaria, aunque de momento es sólo eso, una posibilidad. Por ahora se conforma con aprender de los mejores técnicos de España, y ver, cuando puede, mucho golf por televisión.

“Es cierto que me gusta más ver golf masculino que femenino, pero me encanta ver los golpes de gente como Annika Sorenstam o Julie Inkster,... bueno, y de españolas como Tania Elósegui o Paula Martí”, explica la dicharachera jugadora que el año pasado hizo de Los Naranjos, en Marbella, su campo.

Entre la Costa del Sol -que para ella es sinónimo de su familia y amigos-, y la capital -es decir, sus compañeros y profesores de la Escuela Nacional,



Rocío Sánchez ha recuperado la capacidad de competir, la alegría por jugar al golf y la ambición de ganar, si es que alguna vez había perdido alguna de estas tres sensaciones. Definitivamente, Rocío Sánchez ha vuelto... para ganar. 



XXXII Concurso “Mi Revista de Golf”

Aunque algunos os habéis hecho los remolones, es cierto que cuando os ponéis a ello, lápices o rotuladores de colores en ristre, sois capaces de hacer cosas muy bonitas. Como buenos ejemplos de ello, las ideas plasmadas en esta página que ponen de manifiesto el ingenio y el talento de nuestros más jóvenes golfistas en relación con la elaboración del cartel anunciador del próximo Campeonato de España Infantil, Alevín y Benjamín.

La competición se disputará entre el 26 y el 28 de junio en Empordá, una circunstancia que ha tenido muy en cuenta Celia Suárez Bode, la ganadora, pues

en su cartel han quedado reflejados con una gran originalidad la frase “Campeonato de España Infantil, Alevín y Benjamín 2009” así como la fecha (26 al 28 de junio), el nombre de Empordá -donde se disputan las competiciones- y el de REALE, la empresa que con su apoyo consigue que éste y otros Campeonatos juveniles se lleven a efecto.

Todavía se pueden presentar dibujos para participar en el concurso del Campeonato de España Infantil de Pitch & Putt, que se celebrará los días 5 y 6 de septiembre en el Torre Pacheco, por lo que en este caso habrá que realizar el dibujo con alguna referencia a la región murciana. ▶



Ana Simón de Miguel

Lola Uribe Astolfi



Ganadora: Celia Suarez

Premio

Ganador: Regalos diversos del Comité Juvenil

El jurado de los concursos estará formado por:

- Luis Álvarez de Bohorques (RFEG)
- Blanca Mayor (RFEG)
- Ana Cuadra (Comité Juvenil)

Qué piensan los buenos pateadores

La diferencia entre un buen pateador y otro no tan bueno, además de estar en la técnica, también la podemos encontrar en la diferente forma de pensar de unos y otros. Veamos que podéis hacer para pensar como los mejores pateadores.



Los pensamientos de los buenos pateadores

Los buenos pateadores tienen en común los siguientes pensamientos:

1 Asumen y aceptan que el putt es una cuestión de probabilidades, es decir que cuanto mejor se tira el putt más probabilidades se tienen de que la bola entre en el hoyo, pero el hecho de tirar un buen putt no significa que tenga que entrar obligatoriamente. Por lo tanto, se concentran en tirar buenos putts dejando a un lado si la bola entra o no, pero sin olvidarlo.

2 Directamente relacionado con el punto 1, la confianza de los buenos pateadores no sólo se basa en embocar putts, sino principalmente en que saben tirar buenos putts. Son conscientes de que van a tener días mejores y peores en los que la bola entre más o menos veces, pero lo importante es que tienen una buena técnica y una buena capacidad de concentración, y su entrenamiento va dirigido, además de embocar putts, en mejorar su técnica y su concentración con el putter.

3 Pensando de esta forma consiguen eliminar de la mente un montón de pensamientos inútiles del tipo "la tengo que meter" o "este putt no lo puedo fallar" para concentrarse única y exclusivamente en lo que han de hacer y pensar para meter el putter. Es decir, se concentran en su rutina pre-golpe.

4 Los buenos pateadores hacen y piensan lo mismo en todos los putts independientemente de si están tirando para birdie o para bogey, un putt corto o un putt largo. Siempre siguen la misma rutina.

La rutina de los buenos pateadores

En su rutina podemos diferenciar dos momentos: Uno en el que deciden dónde van a tirar el putt y otro momento en el que ejecutan el golpe.

Para decidir dónde van a tirar el putt analizan las inclinaciones del green para ver la caída, si es cuesta arriba o cuesta abajo, la distancia al hoyo y la velocidad del green. Una vez que tienen todo esto claro deciden el punto exacto dónde van a apuntar y es entonces cuando se colocan a la bola para ejecutar el golpe: hacen un par de swings de prácticas para coger ritmo y sensaciones, comprueban que están apuntando al punto exacto y pegan a la bola.

Recuerda

Los buenos pateadores no se colocan a la bola hasta que no tienen claro dónde van a tirar el putt. Si te colocas a la bola dudando sobre la caída o sobre cómo debes tirar el putt, va a ser imposible que pegues a la bola con decisión. Y es precisamente la decisión el factor psicológico clave para patear bien. ▶

Por **Óscar del Río**
Psicólogo Deportivo

Foto: La Cala



¡Golpe a golpe!

Son un instrumento imprescindible para jugar al golf, pero en muchas ocasiones, sobre todo cuando tenemos un contacto reciente con este deporte, apenas les damos la importancia que tienen. Se trata de los palos, un elemento fundamental para llegar muy lejos, golpe a golpe, en esto del golf.

Palos reglamentarios

Para empezar, un jugador que tenga alguna duda sobre la conformidad de un palo debería consultar con la Real Federación Española de Golf. En general, los palos de un jugador deben ser conformes con lo que se estipula en las Reglas de Golf y con las provisiones, especificaciones e interpretaciones establecidas en las mismas.

Mención especial para los drivers, que deben tener una cabeza, identificada por modelo y ángulo (en grados), que figure en la lista actualizada de Cabezas de Driver Conformes publicada por el R&A y que se puede encontrar en la web de la RFEF, www.golfspainfederacion.com, en el apartado de Reglas.

Desgaste y Alteraciones

Un palo que es conforme con las Reglas cuando es nuevo, se considera que es conforme después del desgaste producido por su uso normal. Cualquier

parte de un palo que ha sido alterada intencionadamente se considera como nueva y debe, en su estado alterado, ser conforme con las Reglas.

Palos Dañados: Reparación y Sustitución

Si durante una *vuelta estipulada* el palo de un jugador se daña en el curso normal del juego, éste puede usar el palo en su estado dañado por lo que falta de la *vuelta estipulada* o repararlo o mandarlo reparar sin demorar indebidamente el juego.

Como opción adicional, sólo si el palo está inservible para el juego, se puede sustituir el palo dañado por cualquier otro palo. La sustitución de un palo no debe demorar indebidamente el juego y no debe hacerse tomando prestado un palo seleccionado para el juego por cualquier otra persona que esté jugando en el *campo*.

Recordar que un palo está inservible para el juego si está sustancialmente dañado, como, por ejemplo, si la varilla está mellada, doblada considerablemente o partida en pedazos. Ocurre lo mismo si la cabeza del palo queda suelta, desprendida o deformada de modo considerable o la empuñadura queda suelta. Un palo no está inservible para el juego solamente porque la base del palo (lie) o el ángulo de elevación (loft) ha sido alterado o la cabeza del palo está rayada. ▶

La sostenibilidad en el golf

Es preciso que un campo de golf sea económica, social y medioambientalmente viable, todo al tiempo

El Departamento de la Green Section (DGS) de la RFEG -que como ya sabéis, además de encargarse del mantenimiento íntegro del Centro Nacional de Golf, asesora en cuestiones de construcción y mantenimiento en todos aquellos campos públicos en los que la RFEG pudiera estar representada- tiene interés en aclarar a qué nos referimos cuando hablamos de sostenibilidad en lo referente a campos de golf. Este es un concepto que a buen seguro habréis escuchado muchas veces en vuestros campos y que genera cierta controversia, y es por ello que el DGS trata de arrojar luz al respecto.

Para muchos, sostenibilidad es un concepto relacionado exclusivamente con el medio ambiente, para otros es algo ligado con aspectos económicos, sociales..., pero desde el punto de vista del DGS la sostenibilidad en el mantenimiento de campos de golf es una filosofía de trabajo, más que un concepto.

La sostenibilidad de un campo radica en obtener una viabilidad económica, social y medioambiental, sin que ninguno de estos tres aspectos se vea mermado

en beneficio de otros. Es decir, que para ser sostenible un campo ha de mantenerse económicamente por sí mismo, debe contar con el número adecuado de trabajadores -todos ellos debidamente preparados-, y no debe incurrir en agresiones medioambientales de ningún tipo. Todo lo que sea contradecir uno de estos tres aspectos es sinónimo de una política NO SOSTENIBLE en el manejo de un campo.

Es imprescindible tener presente esta filosofía desde el inicio del proyecto de construcción del campo de golf, ligando el diseño con el mantenimiento futuro, preguntándonos en esta fase inicial qué queremos construir, qué nivel de exigencia queremos soportar, con qué medios contamos para llegar a esas cotas y si es viable económicamente ese mantenimiento. Y evidentemente, debemos de ser coherentes: no podemos pretender hacer un campo que económica o medioambientalmente no podemos mantener.

En definitiva, para alcanzar la sostenibilidad es muy importante seguir unas pautas básicas, todas ellas destinadas a cumplir con los requisitos anteriores. ▶

Nuevas tendencias para el Verano

Da la bienvenida al calor con los colores más divertidos y los diseños más atrevidos para los jóvenes



Diseños rompedores y nuevas tendencias en ropa de golf para jóvenes. GirlsGolf se destaca de los diseños clásicos para ofrecer una imagen moderna y novedosa. Colores vistosos, camisetitas con siluetas modernas y estampados divertidos para chicos y chicas de **GirlsGolf**.



Comodidad y diseño en el nuevo calzado de **Nike**



Diseños desenfadados, cómodos, prácticos pero muy modernos y juveniles tanto para chico como para chica de **Golfino**.



Colección de hierros Moxie de **PING**, diseñados y pensados para los jóvenes.



SEGUROS PARA LA VIDA REAL


Reale
SEGUROS