

INHOUD

Inleiding

De golfregels en je handicap	2
Over dit boekje	3

Etiquette

Etiquette	4
Pitchmark repareren	6

De golfregels

De golfregels	7
Afslaan, de bal spelen	8
Spelen van een verkeerde plaats	9
Op de green	10
Stilleggende bal bewogen, bal in beweging van richting veranderd	11
Opnemen, droppen en plaatsen	12
Losse natuurlijke voorwerpen en losse obstakels	14
Vaste obstakels en abnormale terreinomstandigheden	15
Onspeelbare bal	17
Waterhindernis	18
Laterale waterhindernis	19
Bal verloren of buiten de baan, provisionele bal	20
Wedstrijdvormen	21

Kleuren tees

Kies de kleur tee die bij je past	22
---	----

Je handicap

Wat is een handicap en waarom heb je die nodig?	24
Als je begint met golfen: Golfbaanpermissie	25
Als je verder wilt: je eerste handicap halen	26
Stroke Index en Playing Handicap	27
Puntentelling praktijkvoorbeeld	28
Actief met je handicap	29
Bufferzone	32
Berekenen van je handicap	34
Aanpassingen van je handicap	36

DE GOLFREGELS EN JE HANDICAP

Deze NGF-uitgave brengt alle belangrijke golf- en handicapregels overzichtelijk bij elkaar. Het is een boekje voor spelers, voor thuis, maar ook om in je golftas te hebben.

Golf is een van de weinige sporten waarbij je je eigen scheidsrechter bent en dus ben je verantwoordelijk om zelf de regels te kennen. Je bent ook verantwoordelijk voor je eigen handicap. Je hoeft echter niet alle details van de golfregels en de berekening van handicaps te kennen om toch met plezier en eerlijk te spelen. Als je de informatie uit deze gids enigszins beheerst, zul je de meest voorkomende kwesties zeker kunnen oplossen. Indien je meer informatie zoekt, dan is dat bijvoorbeeld in het regelboekje of via de website van de NGF te vinden.

Het eerste deel van deze gids is een vrije weergave van de 'Beknopte gids van de Golfregels' die voor in het regelboekje 'Golfregels 2016' van de R&A is opgenomen. Hij is gericht op de meest voorkomende situaties waarbij de regels een rol spelen en probeert die regels op eenvoudige wijze uit te leggen. Deze gids dient niet als vervanging van de Golfregels, bij twijfel moeten de complete teksten worden geraadpleegd. Zie hiervoor de NGF-uitgave 'Golfregels 2016'.

In het tweede deel van deze gids leggen we de belangrijkste punten rondom handicaps uit. Hoe komt een handicap tot stand, wat kun je ermee en waarom is spelen met een handicap bij golf zo leuk? Maar we willen je met deze gids ook uitleggen hoe je aan een handicap komt en hoe je je handicap kunt verlagen naar een niveau dat bij jou past. Kortom, we maken je wegwijs in actief omgaan met je handicap! De informatie is verkort weergegeven, zie voor meer informatie de publicatie 'EGA Handicap System 2016' op www.golf.nl.

Koninklijke Nederlandse Golf Federatie

R&A: R&A Rules Limited,
Governing Body for the Rules of Golf

EGA: European Golf Association,
Governing Authority for the EGA Handicap System

OVER DIT BOEKJE

Je weet dat het voor het eerlijk spelen van het spel nodig is om de regels te kennen. Maar naast de regels wil je natuurlijk ook gewoon plezier hebben in golf. Daarvoor zijn er nog een aantal dingen nuttig om te weten. Die worden beschreven in dit boekje.

Etiquette

Hier laten we de belangrijkste normen, waarden en gedragsregels van de golfsport nog eens de revue passeren. → [Pagina 4](#)

De Golfregels

Hier beschrijven we de verkorte versie van de golfregels zoals die in het officiële Regelboekje staan. Op de plaatjes die bij sommige regels zijn toegevoegd, kun je meteen zien welke opties je hebt. → [Pagina 7](#)

Wedstrijdvormen

Golf is extra spannend als je wedstrijden speelt tegen anderen. We leggen de meest gebruikte wedstrijdvormen uit. → [Pagina 21](#)

Kleuren tees

Iedereen kan spelen van de kleur tee die bij zijn of haar handicap past. Daardoor kun je samen, sneller en met meer plezier spelen.

→ [Pagina 22](#)

Behalen van je handicap

Een handicap is uniek en zorgt ervoor dat spelers van verschillende sterkte tegen elkaar kunnen spelen. We leggen uit waarvoor het dient, hoe je een handicap haalt en hoe je die berekent. → [Pagina 24](#)

Puntentelling

Om je handicap te kunnen berekenen, maak je gebruik van je Stablefordscore. Deze wordt uitgelegd met een voorbeeld erbij. → [Pagina 28](#)

ETIQUETTE

‘SPIRIT OF THE GAME’

Het golfspel moet in de juiste geest gespeeld worden, ‘The spirit of the game’. Om die te begrijpen, geven wij een overzicht van de belangrijkste punten van de etiquette of gedragsregels. Het zijn geen spelregels en er staat ook geen sanctie op overtreding van de etiquette, maar ze zijn wel buitengewoon belangrijk om een sportieve sfeer en de tradities van het golfspel te handhaven. Alleen bij extreme overtredingen kan diskwalificatie opgelegd worden. Golf is een spel zonder scheidsrechter dat uitgaat van de eerlijkheid van de speler.

ETIQUETTE

De etiquette of gedragsregels gaan over:

Veiligheid

- Veroorzaak met oefenswings geen schade of verwondingen.
- Maak nooit een oefenswing in de richting van anderen.
- Niet slaan voordat spelers voor je buiten bereik zijn.
- Let op voorrangsregeling voor greenkeepers.
- Bij dreigend gevaar voor anderen na een slag roep ‘FORE’.

Rekening houden met andere spelers

- Niet storen of afleiden als iemand gaat slaan.
- Sta niet vlakbij of recht achter een speler die gaat slaan.
- Zet elektronische apparaten uit.
- Niet op iemands puttinglijn staan of schaduw veroorzaken.
- Blijf bij de green tot iedereen heeft uitgeholed.

ETIQUETTE

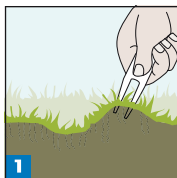
Speeltempo

- De snelheid van het spel is van groot belang voor het plezier van het spel. Veel ergernissen ontstaan doordat golfers te langzaam spelen. Ook komt dit niet ten goede aan je eigen spel. Hierbij een paar tips hoe je kunt zorgen voor het behouden van de juiste snelheid.
- Kies de juiste kleur tee die bij je niveau past.
- Speel en loop in een vlot tempo tussen slagen door.
- Houd aansluiting met de groep voor je. Je moet de groep achter je doorlaten als je een hele hole afstand verliest.
- Let op je beurt en zorg dat je klaar staat om te spelen. Bereid je slag vast voor wanneer anderen aan het slaan zijn.
- Speel een provisionele bal als je jouw bal misschien niet direct kunt vinden.
- Laat door als je waarschijnlijk lang moet zoeken.
- Help elkaar met zoeken.
- Zorg dat je een bal binnen 30 seconden hebt geslagen.
- Heb je het idee dat jullie als groep langzaam spelen, bespreek dit dan en zorg dat jullie tijd inhalen.
- Zet je tas in de richting van de volgende hole als je bij de green bent aangekomen.
- Noteer je score op weg naar de volgende tee.

Zorg voor de baan

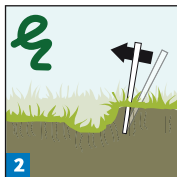
- Voorkom onnodige schade aan de baan, volg richtingaanwijzers.
- Hark bunkers, leg plaggen terug en repareer pitchmarks op de green.
- Ga zorgvuldig om met de green en met name het gebied rond de hole.
- Loop niet met golfkarren op de voorgreen of tussen de green en bunkers.

PITCHMARK REPAREREN



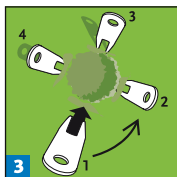
1

Zet de pitchvork vlak naast de pitchmark in de grond.



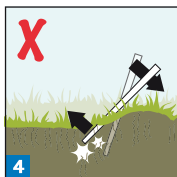
2

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



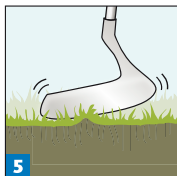
3

Herhaal dit enkele malen rondom de pitchmark.



4

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



5

Duw de ontstane oneffenheid plat met je putter of je voet.

DE GOLFREGELS

Bij elk onderwerp wordt verwezen naar de betreffende regel in de Golfregels door middel van het regelnummer. Bijvoorbeeld 'Opnemen van de bal ter identificatie' wordt behandeld in Regel 12 in paragraaf 12-2, genoteerd als → **R12-2**.

Het is verstandig om voordat je de ronde begint:

- De Plaatselijke Regels op de scorekaart en het publicatiebord te lezen.
- Een merkteken op je bal te zetten; veel golfers spelen met hetzelfde merk bal en als je je bal niet kunt identificeren, wordt hij als verloren beschouwd. → **R12-2 en 27-1**
- Je stokken te tellen. Je mag hoogstens 14 stokken meenemen. → **R4-4**

Tijdens de ronde:

- Vraag geen advies aan iemand anders dan je partner of jullie caddies. Geef geen advies aan iemand anders dan jouw partner. Je mag informatie inwinnen over de regels, afstanden en de positie van hindernissen en de vlaggenstok, etc. → **R8-1**
- Doe geen oefenslagen tijdens het spelen van een hole. Je mag alleen oefenputts of oefenchips maken rondom de laatst gespeelde green of de volgende tee. → **R7-2**
- Gebruik geen kunstmatige hulpmiddelen of ongebruikelijke uitrusting, tenzij dat uitdrukkelijk is toegestaan door een Plaatselijke Regel. → **R14-3**

Aan het einde van de ronde:

- Zorg er bij matchplay voor dat de uitslag wordt doorgegeven.
- Zorg er bij strokeplay en Stableford voor dat je scorekaart volledig is ingevuld: naam, datum, tee, brutoscore op alle holes en handtekeningen van jezelf en jouw marker en lever hem zo snel mogelijk in bij de wedstrijdcommissie. → **R6-6**

AFSLAAN, DE BAL SPELEN

De afslag → R11

Speel je afslag achter en niet vóór de teemerken. Je mag je afslag spelen tot twee stoklengten achter de voorkant van de teemerken.

Als je je afslag buiten dit gebied speelt:

- bij matchplay is er geen straf, maar jouw tegenstander mag eisen dat je de slag opnieuw doet, mits hij dat direct doet;
- bij strokeplay krijg je twee strafslagen en moet je de fout herstellen door binnen het juiste gebied te spelen.

Identificeren → R12-2

Als je denkt dat een bal van jou is, maar je kunt het merkteken niet zien, mag je, nadat je je marker of tegenstander dat hebt gemeld, de plaats van de bal merken en hem opnemen om hem te identificeren, maar je mag de bal alleen zover schoonmaken om je merkteken te kunnen zien.

De bal spelen → R13, 14 en 15

Speel de bal zoals hij ligt. Je mag je ligging, het gebied van je voorgenomen stand of swing, of je speellijn niet verbeteren door:

- iets wat vastzit of groeit te verplaatsen, te verbuigen of te breken anders dan door je normale stand in te nemen of om een swing te maken, of
- iets neer te drukken. → R13-2

Als jouw bal in een bunker ligt of in een waterhindernis mag je niet:

- de grond aanraken (of het water in een waterhindernis) met je hand of een stok voor je downswing, of
- losse natuurlijke voorwerpen verplaatsen. → R13-4

Als je een verkeerde bal speelt:

- verlies je de hole bij matchplay en
- krijg je twee strafslagen bij strokeplay en moet je de fout herstellen door de juiste bal te spelen. → R15-3

SPELEN VAN EEN VERKEERDE PLAATS

Afslaan op de verkeerde hole → R11-5

Als je afslaat op de verkeerde hole dan moet je de hole niet uitspelen. De slag vervalt en je gaat alsnog naar de juiste afslag en je telt twee strafslagen bij je score op.

Bij matchplay mag de tegenstander eisen dat je de slag laat vervallen en dat je een bal speelt van binnen de afslagplaats. Er volgt geen straf.

Buiten de afslagplaats op de juiste hole → R11-4

Als je buiten of van een verkeerde afslagplaats (bijv. geel in plaats van wit) speelt, mag je tegenstander bij matchplay eisen dat je de slag laat vervallen en dat je een bal speelt van binnen de afslagplaats. Je krijgt geen straf.

Bij strokeplay kost het je twee strafslagen en moet je een nieuwe bal van de juiste kleur tee spelen.

Verkeerde plaats op de baan → R20-7

Je speelt van een verkeerde plaats:

- Als je een slag doet naar je bal die is bewogen of opgenomen en die niet op de juiste plaats is teruggelegd.
- Als je een slag doet naar een bal op een deel van de baan waar geen slag mag worden gedaan (bijvoorbeeld waar spelen uit grond in bewerking verboden is).
- Als je een slag doet naar een bal die op een verkeerde plaats is gedropt of geplaatst.

Als je de bal op een verkeerde plaats hebt gedropt of geplaatst, maar je hebt hem nog niet gespeeld, kun je de straf voorkomen door de bal op te nemen en correct te droppen of te plaatsen. → R20-6

OP DE GREEN

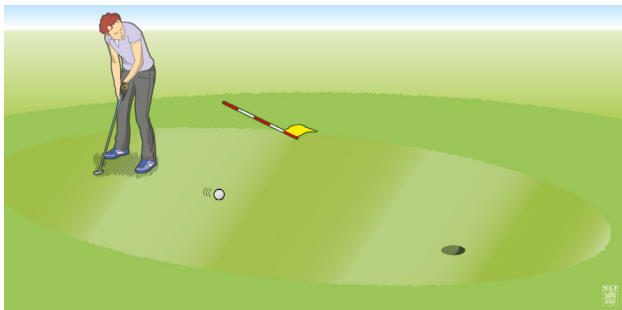
Op de green → R16 en 17

Op de green mag je:

- je bal merken, opnemen en schoonmaken (plaats hem altijd op precies dezelfde plek terug), en
- pitchmarks en oude hole-pluggen repareren, maar geen andere schade zoals spikemarks. → R16-1

Wanneer je een slag doet op de green moet je ervoor zorgen dat de vlaggenstok is weggenomen of wordt bewaakt. De vlaggenstok mag ook worden weggenomen of bewaakt als de bal buiten de green ligt.

→ R17



STILLIGGENDE BAL BEWOGEN, BAL IN BEWEGING VAN RICHTING VERANDERD

Stilliggende bal bewogen → R18

Wanneer je bal in het spel is en je je bal per ongeluk beweegt of hem opneemt wanneer dat niet mag, moet je een strafslag bij je score tellen en je bal terugplaatsen.

Als iemand anders dan je partner of jullie caddies je stilliggende bal beweegt of hij wordt door een andere bal bewogen, moet je hem zonder straf terugplaatsen.

Als een stilliggende bal door de wind wordt bewogen of uit zichzelf beweegt, speel de bal dan zoals hij ligt, zonder straf.



Bal in beweging van richting veranderd of gestopt → R19

Als je een bal slaat en hij wordt van richting veranderd of gestopt door jou, je partner, jullie caddies of jullie uitrusting, dan krijg je een strafslag en moet je de bal spelen zoals hij ligt. → R19-2

Als je een bal slaat en hij wordt van richting veranderd of gestopt door een andere stilliggende bal, dan volgt er geen straf en moet de bal gespeeld worden zoals hij ligt. Als echter, alleen bij strokeplay, beide ballen op de green lagen voordat je je slag deed, krijg je twee strafslagen. → R19-5a

OPNEMEN, DROPPEN EN PLAATSEN

De bal opnemen, droppen en plaatsen → R20

Voordat een bal die moet worden teruggeplaatst, wordt opgenomen (bijv. wanneer een bal op de green wordt opgenomen om hem schoon te maken), moet de ligplaats worden gemerkt. → R20-1

Wanneer de bal wordt opgenomen om hem te droppen of op een andere plek te plaatsen (bijv. droppen binnen twee stoklengten volgens de regel voor een onspeelbare bal), is het niet verplicht om de ligplaats te merken al wordt het merken wel aanbevolen.

Sta bij het droppen rechtop, houd de bal met gestrekte arm op schouderhoogte en laat hem vallen. → R20-2



OPNEMEN, DROPPEN EN PLAATSEN

Opnieuw droppen

De meest gebruikelijke situaties waarin een gedropte bal opnieuw moet worden gedropt, zijn als de bal:

- naar een ligplaats rolt waar dezelfde belemmering optreedt die zonder straf ontweken mocht worden (bijv. een vast obstakel);
- meer dan twee stoklengten van de plaats waar hij gedropt is tot stilstand komt, of
- dichterbij de hole tot stilstand komt dan de oorspronkelijke ligplaats, het dichtstbijzijnde punt zonder belemmering of waar de bal het laatst de grens van een waterhindernis kruiste.

Er zijn in totaal negen gevallen waarin een bal opnieuw moet worden gedropt en ze worden beschreven in **R20-2c**.

Als een bal bij de tweede drop weer in een van deze ligplaatsen rolt, plaats je de bal op de plek waar hij bij de tweede drop het eerst de baan raakte.

Bal helpt of hindert spel → R22

Je mag:

- je bal opnemen of een andere bal laten opnemen als je denkt dat de bal een andere speler kan helpen, of
- iedere bal laten opnemen die je spel zou kunnen hinderen.

Je mag niet afspreken een bal te laten liggen om een andere speler te helpen.

Een bal die wegens helpen of hinderen is opgenomen, mag niet worden schoongemaakt, tenzij hij op de green is opgenomen.

LOSSE NATUURLIJKE VOORWERPEN EN LOSSE OBSTAKELS

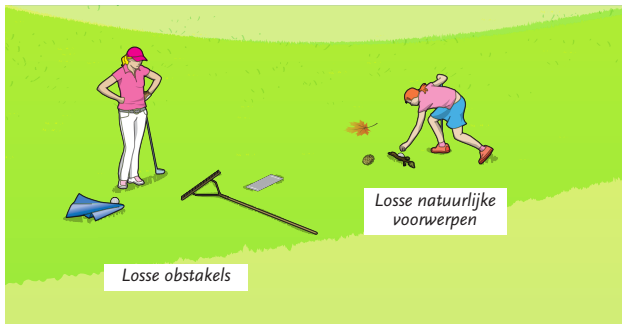
Losse natuurlijke voorwerpen → R23

Je mag een los natuurlijk voorwerp weghalen (d.w.z. losse natuurlijke objecten als kiezels, losliggende bladeren, takjes), tenzij het losse natuurlijke voorwerp en je bal in dezelfde hindernis liggen. Als je bal verrolt doordat je een los natuurlijk voorwerp weghaalt, moet de bal worden teruggeplaatst en krijg je een strafslag, tenzij je bal op de green lag.

Losse obstakels → R24-1

Losse obstakels (d.w.z. losse kunstmatige objecten als harken, blikjes, etc.) mogen overal zonder straf worden weggenomen. Als de bal daarvoor beweegt, moet hij zonder straf worden teruggeplaatst.

Als de bal op of in een obstakel ligt, mag de bal worden opgenomen, het obstakel weggenomen en de bal gedropt op de plek recht onder de plaats waar de bal op het obstakel lag. Als dit op de green is, moet de bal op die plek wordt geplaatst.



VASTE OBSTAKELS EN ABNORMALE TERREINOMSTANDIGHEDEN

Vaste obstakels → R24-2

Een vast obstakel is een kunstmatig object dat niet verplaatst kan worden (bijv. een schuilhut) of niet makkelijk verplaatst kan worden (bijv. een stevig in de grond geslagen richtingaanwijzer). Paaltjes of hekken die buiten de baan markeren, zijn geen obstakels. Als het obstakel zich op je speellijn bevindt, maar niet je swing belemmert, mag je de belemmering niet ontwijken, tenzij zowel je bal als de belemmering op de green zijn.

Abnormale terreinomstandigheden → R25-1

Een abnormale terreinomstandigheid is tijdelijk water, grond in bewerking of een gat, hoop of spoor gemaakt door een gravend dier, een reptiel of een vogel.

Ontwijken

Vaste obstakels en abnormale terreinomstandigheden mogen zonder straf worden ontweken wanneer zij de ligging van de bal, je stand of je swing belemmeren, behalve wanneer de bal in een waterhindernis ligt. Je mag de bal opnemen en droppen binnen een stoklengte van het dichtstbijzijnde punt zonder belemmering, maar niet dicht bij de hole (punt P, zie tekening volgende bladzijde).

Ontwijken op de green

Als de bal op de green ligt, bijvoorbeeld bij een sprinkler, moet hij op het dichtstbijzijnde punt zonder belemmering worden geplaatst. Dat kan buiten de green zijn.

Ontwijken in de bunker

Voor een bal die in de bunker ligt, bestaat de extra mogelijkheid het vaste obstakel of de abnormale terreinomstandigheid te ontwijken met een strafslag. Je mag de bal buiten de bunker droppen op de rechte lijn die loopt vanaf de hole door het punt waar de bal in de bunker lag. Je mag op deze lijn zo ver naar achteren als je wilt.

VASTE OBSTAKELS EN ABNORMALE TERREINOMSTANDIGHEDEN

Dichtstbijzijnde punt zonder belemmering, punt P

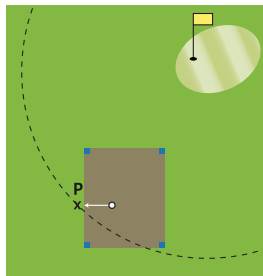
De volgende tekening laat zien wat het 'dichtstbijzijnde punt zonder belemmering' P is in **R24-2 en 25-1** voor een rechtshandige speler die GUR (grond in bewerking) ontwijkt.

Dat punt P is zo dicht mogelijk bij de plaats waar de bal ligt

- niet dicht bij de hole, en
- waar als de bal daar zou liggen, de belemmering niet meer bestaat.

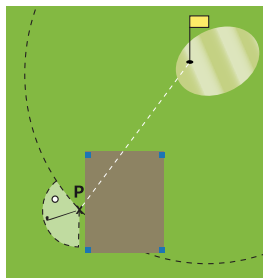
Bepalen van punt P

- Neem de stok die je zou gebruiken om de slag te maken als de GUR er niet was geweest.
- Met deze stok simuleer je de slag om te zien wanneer je geen last meer hebt van de GUR.
- Het punt waar je stok op de grond rust, is het dichtstbijzijnde punt zonder belemmering, punt P.



Droppen

- Vanaf punt P mag je met één stoklengte een gebied afmeten dat niet dicht bij de hole ligt.
- Je dropt de bal binnen het gebied.
- De bal mag niet dicht bij de hole dan punt P tot stilstand komen en niet meer dan twee stoklengten weggrollen.



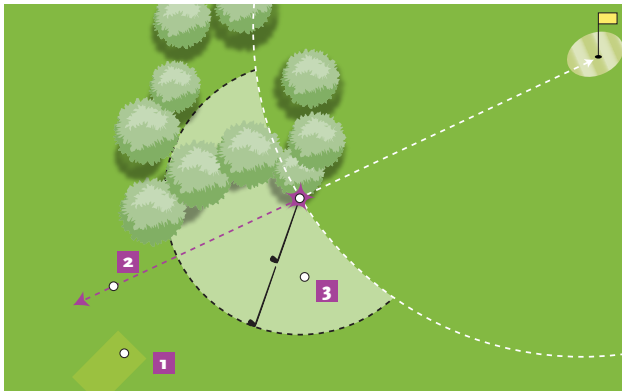
ONSPEELBARE BAL

Onspeelbare bal → R28

Je mag overal op de baan je bal onspeelbaar verklaren, behalve in een waterhindernis, daar moet je de waterhindernisregel toepassen.

Als je je bal onspeelbaar verklaart, dan kun je met een strafslag:

1. een bal spelen van de plek waar je het laatst gespeeld hebt;
2. een bal droppen zover als je wilt achter het punt waar de bal lag, waarbij je de hole, het punt waar de bal lag, en de plek waar de bal wordt gedropt op een rechte lijn moet houden;
3. een bal droppen binnen twee stoklengten van de plek waar de bal lag, niet dichterbij de hole.



Onspeelbare bal in een bunker

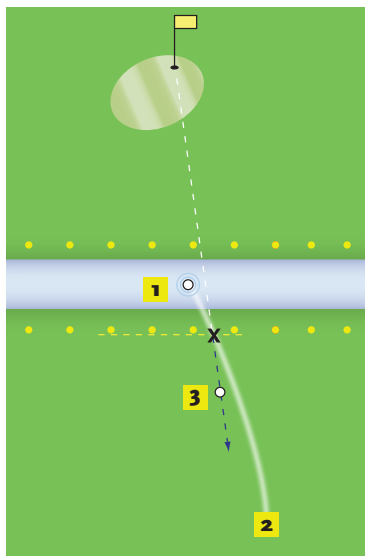
Als je bal in een bunker ligt, mag je handelen als hierboven, maar je moet in de bunker droppen als je optie 2 of 3 kiest (op een lijn of binnen twee stoklengten droppen).

WATERHINDERNIS

Waterhindernis → R26

Als je bal in een waterhindernis (gele palen en/of lijnen) ligt, mag je

1. de bal spelen zoals hij ligt,
of met een strafslag;
2. een bal spelen van waar je de bal in het water sloeg;
3. een bal droppen zover als je wilt achter de waterhindernis, waarbij je de hole, het punt waar de bal het laatst de grens van de waterhindernis heeft gekruist en de plek waar de bal wordt gedropt op een rechte lijn moet houden.

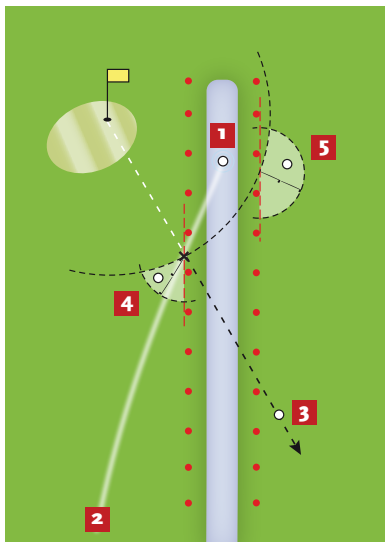


LATERALE WATERHINDERNIS

Laterale waterhindernis → R26

Als je bal in een laterale waterhindernis ligt (rode palen en/of lijnen), mag je, naast de mogelijkheden 1, 2 en 3 voor een bal in een waterhindernis (zie vorige bladzijde), met een strafslag binnen twee stoklengten droppen van, en niet dichterbij de hole dan:

4. het punt waar de bal het laatst de grens van de hindernis heeft gekruist, of
5. een punt aan de overzijde van de hindernis, even ver verwijderd van de hole als het punt waar de bal het laatst de grens van de hindernis heeft gekruist.



BAL VERLOREN OF BUITEN DE BAAN, PROVISIONELE BAL

Bal verloren of buiten de baan → R27

Bekijk de Plaatselijke Regels op de scorekaart om te weten hoe de grenzen van de baan vastgesteld zijn. Deze worden meestal bepaald door hekken, muren, witte palen of witte lijnen.

Als je bal verloren is buiten een waterhindernis of buiten de baan ligt, moet je met een strafslag een andere bal spelen van de plek waar je het laatst hebt gespeeld, dat heet 'slag en afstand'.

Je mag 5 minuten naar een bal zoeken. Als de bal niet binnen 5 minuten is gevonden, is hij verloren.

Provisionele bal → R27-2

Als je na je slag denkt dat je bal misschien verloren is buiten een waterhindernis of buiten de baan ligt, behoort je een provisonale bal te spelen. Dit om in het geval dat je je bal niet vindt, je niet terug hoeft te lopen; dit scheelt veel tijd. Je moet kenbaar maken aan je medespeler dat het een provisonale bal is en deze spelen voordat je naar voren gaat om de oorspronkelijke bal te zoeken.

Verder spelen met de oorspronkelijke bal

Als je oorspronkelijke bal op de baan wordt gevonden, moet je daarmee zonder straf doorspelen. De slag met de provisonale bal vervalt.

Verder spelen met de provisonale bal

Als je oorspronkelijke bal verloren is (buiten een waterhindernis) of buiten de baan ligt, dan moet je met een strafslag doorspelen met de provisonale bal. De slag(en) met de verloren bal en met de provisonale tellen ook mee.

WEDSTRIJDVORMEN

Strokeplay → R3

Bij een strokeplaywedstrijd wint de speler die na 9 of 18 holes het minste aantal slagen heeft. Alle slagen en eventuele strafslagen moeten worden geteld, er moet altijd worden uitgeholed. Het totaal aantal slagen is de brutoscore. Bij een wedstrijd met handicapverrekening is de nettoscore de brutoscore minus het aantal slagen dat je krijgt volgens je Playing Handicap. Zie voor uitleg van Playing Handicap pagina 27.

Matchplay → R2

Bij een matchplaywedstrijd speel je tegen een tegenstander per hole. De laagste score op een hole wint. Wie de meeste holes in een wedstrijd wint, wint de wedstrijd.

Ook hier kun je weer met handicapverrekening spelen. De handicapslagen worden per hole verrekend, de laagste nettoscore wint de hole.

De stand van de wedstrijd wordt aangegeven door het aantal holes dat een speler voor staat (up) of achter (down) staat. De uitslag wordt bepaald door het aantal holes dat nog te spelen is.

Bijvoorbeeld 4 en 3: 4 'up' en nog 3 holes te gaan. Als de stand gelijk is, wordt dit 'all square' genoemd.

Het Stablefordsysteem

Bij een Stablefordwedstrijd krijg je punten per hole. Daarvoor worden je handicapslagen volgens de Stroke Index over de holes verdeeld. Hoe hoger je handicap, hoe meer slagen je over een hole mag doen om nog punten te krijgen. Zie voor uitleg van de puntentelling pagina 26 t/m 28.

Bij Stableford hoeft je niet uit te haken als je geen punten meer kunt halen. Dit bevordert de snelheid van het spel.

KIES DE KLEUR TEE DIE BIJ JE PAST

In Nederland zijn er verschillende kleuren tees. Je kunt de ene keer van rood en de andere keer van geel en dan weer van oranje spelen. Dit geeft variatie en meer spelplezier. Als je van de tee speelt die bij je past, zorgt dit voor een beter tempo in de baan, en af en toe van een tee spelen die meer naar voren ligt, geeft je de gelegenheid de baan op verschillende manieren goed te leren kennen.

Beginner

Als je begint met golfen, adviseren wij dat je speelt van oranje. Deze tees liggen vaak aan het begin van de fairway. Als beginner hoef je dan niet over hoge rough, water, etc. te slaan. Zo is de kans kleiner dat je in moeilijkheden komt, heb je meer spelplezier en ga je sneller door de baan.

Senioren

Het is helaas zo dat velen de lengte in hun slagen verliezen. Om zo lang mogelijk van het spel te kunnen blijven genieten en plezier te houden, kunnen senioren kiezen voor een kleur tee met een kortere totale afstand die overbrugd moet worden.

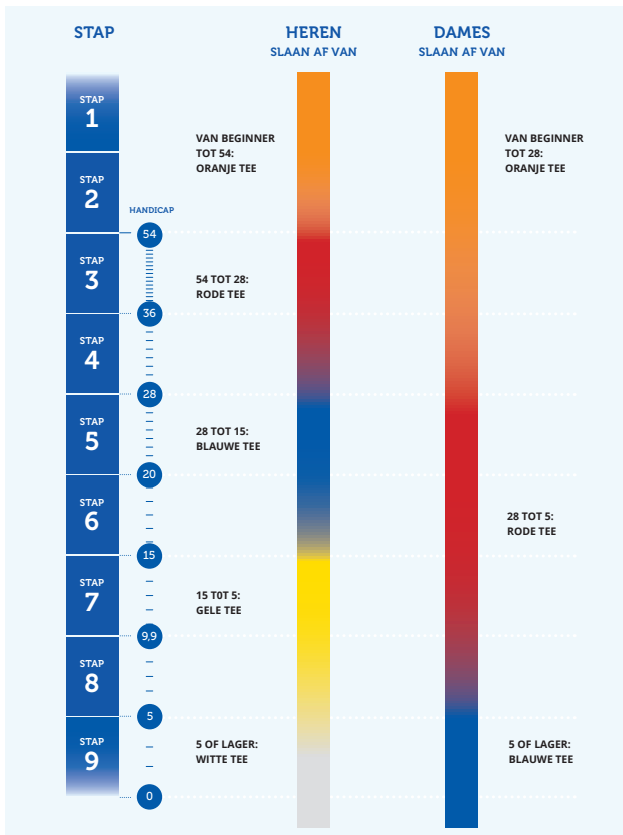
Gevorderde golfer

Als je vaak op dezelfde baan van dezelfde tee speelt, dan gebruik je vaak dezelfde clubs. Je weet de afstanden, je weet welke club je moet pakken en je weet de gevaren in je landingsgebied. Speel je een keer van een andere tee, dan krijg je te maken met andere uitdagingen, andere afstanden naar de green, andere clubs die je moet kiezen, etc. Je course management wordt weer eens op de proef gesteld!

Families

Dames en heren kunnen al met en tegen elkaar spelen middels hun handicap. Nu kun je ook samen van dezelfde kleur tee spelen. Zeker wanneer er families samen spelen, is het leuk om dezelfde kleur tee te kiezen. Je kunt er bijvoorbeeld voor kiezen om allemaal van rood of blauw te spelen. Dat voorkomt onnodig veel heen en weer lopen en dat helpt bij meer tempo in de baan. Daarnaast draagt het bij aan meer gezelligheid. Golf wordt dan echt een familiesport!

KIES DE KLEUR TEE DIE BIJ JE PAST



Bovenstaande tees zijn richtlijnen. Spelers die relatief ver slaan kunnen ook voor een langere tee kiezen en spelers die relatief kort slaan voor een kortere tee.

WAT IS EEN HANDICAP EN WAAROM HEB JE DIE NODIG?

Waarom een handicap?

Golf is een wedstrijd sport die op ieder niveau kan worden beoefend. Van internationale wedstrijden op topniveau, tot onderlinge vriendschappelijke partijtjes. De kracht van het golfspel zit voor golfers in de mogelijkheid om met verschillende niveaus toch tegen elkaar te kunnen strijden, met gelijke kansen op winst. Maar ook mannen tegen vrouwen, oud tegen jong, groot tegen klein, families tegen en nog belangrijker mét elkaar. Hoe dit komt? Het gebruik van een handicap. Iedere golfer heeft een handicap die zijn of haar speelsterkte aangeeft en die verandert naarmate je beter of minder goed speelt.

Wat is het handicapsysteem en wat kan je er mee?

Het handicapsysteem is niets meer dan een rekenmethode om je speelsterkte (handicap) vast te stellen. Als je vaker gaat golfen, word je vanzelf beter en moet je handicap naar beneden aangepast worden. Het handicapsysteem zorgt hiervoor. Stel twee golfers spelen tegen elkaar. De speler met de hoogste handicap krijgt een voorsprong in slagen die gelijk is aan het verschil tussen de handicaps van beide spelers. Zo kun je met verschillende speelsterkten toch uitdagend tegen elkaar spelen.

EGA Handicap

Vanaf 1 januari 2016 heeft iedereen in Europa een EGA Handicap tussen 0 en 54.

Als we in dit boekje 'handicap' schrijven, bedoelen we daarmee de EGA Handicap.

De termen Clubhandicap en Exact Handicap zijn vanaf 1 januari 2016 vervallen.

ALS JE BEGINT MET GOLFEN: GOLFBAANPERMISSIE

Als je begint met golfen is het goed om veel te oefenen en te spelen. Oefenen kan altijd op de oefenfaciliteiten van de baan. Maar voordat je de baan op mag, moet je je Golfbaanpermissie hebben.

NGF-Golfbaanpermissie

Voor het behalen van de baanpermissie is het belangrijk dat je de etiquette van het golfspel kent. Het is belangrijk dat je bijvoorbeeld weet dat je 'FORE' moet roepen i.v.m. de veiligheid, dat je pitchmarks (de inslag van een golfbal) repareert i.v.m. de zorg voor de baan en dat je doorloopt i.v.m. het tempo in de baan – zie pagina 4 voor de etiquette. Als je de etiquette kent en goed kunt toepassen op de golfbaan en de golfprofessional vindt dat je voldoende vaardig bent om zonder begeleider de golfbaan te spelen, dan kan de golfprofessional je in samenwerking met de golfbaan de NGF-Golfbaanpermissie geven. Na het behalen van de Golfbaanpermissie heb je alle ruimte om zelf te oefenen op de golfbaan en ervaring op te doen in de golfsport.

Golfregelexamen

Voordat handicap 54 of lager kan worden behaald, wordt eerst de kennis getoetst van de belangrijkste etiquette- en golfregels. Wat moet je bijvoorbeeld doen als je je bal niet meer kunt vinden in het bos of in het water? Hiervoor is het Golfregelexamen gemaakt. Het examen is schriftelijk en bestaat uit 30 vragen ondersteund met illustraties van verschillende regelsituaties uit de praktijk. Na het behalen van het Golfregelexamen zal de club het resultaat registreren en krijg je een schriftelijk bewijs van slagen mee. Het Golfregelexamen is onbeperkt geldig.

ALS JE VERDER WILT: JE EERSTE HANDICAP HALEN

Wanneer je het golfspel enigszins beheerst en geslaagd bent voor het Golfregelexamen kun je een Qualifying Kaart spelen om handicap 54 of lager te behalen. De Qualifying Kaart vraag je aan via de golfbaan. Dit kan alleen wanneer de condities van de golfbaan en andere omstandigheden in orde zijn om voor een handicap te kunnen spelen. Samen met iemand die minimaal handicap 54 heeft, speel je de ronde. Hij is de marker en noteert jouw score gedurende de golfronde.

Stablefordpuntentelling

Na het spelen van je ronde reken je de Stablefordpunten uit en lever je de kaart in bij de club die je handicap registreert. Als je 18 Stablefordpunten of meer over 9 holes of 36 punten of meer over 18 holes haalt, dan krijg je handicap 54 of lager. Na het spelen van je eerste kaart kan het ook zijn dat je handicap 51 of handicap 48 hebt behaald. Dat ligt maar net aan je resultaat van dat moment.

De nettoscore per hole is de brutoscore minus de handicapslagen voor die hole. Als je nettoscore gelijk is aan Par krijg je 2 Stablefordpunten.

Nettoscore van 2 of meer boven Par: 0 Stablefordpunten

Nettoscore van 1 boven Par: 1 Stablefordpunt

Nettoscore gelijk aan Par: 2 Stablefordpunten

Nettoscore van 1 onder Par: 3 Stablefordpunten

Nettoscore van 2 onder Par: 4 Stablefordpunten

Nettoscore van 3 onder Par: 5 Stablefordpunten

PUNTELLING PRAKTIJKVOORBEELD

Als je bijvoorbeeld Playing Handicap 24 hebt, krijg je bij een 9-holesronde 12 handicapslagen. Dit betekent dat je in een 9-holeswedstrijd 12 slagen 'mee' krijgt. Op elke hole 1 slag en op de drie holes met de laagste Stroke Index nog 1 slag extra.

Dit kun je als hulpmiddel met streepjes bij de hole aangeven. Nadat de score is ingevuld, kun je dan de nettoscore en Stablefordpunten uitrekenen.

Je ziet dat Sophie minder dan 18 punten heeft gehaald. Toch zal haar handicap niet verhoogd worden, omdat ze in de 'buffer' heeft gespeeld. Dit wordt uitgelegd op pagina 32.

A. Speler Sophie		Handicap 24.0	Playing handicap 24	Ontvangen slagen over 9 holes 12
B. Marker Patrice		Wedstrijdform: <input checked="" type="checkbox"/> Stableford <input type="checkbox"/> Strokeplay <input type="checkbox"/> Matchplay		

Hole	Stroke index	Par	Speler	Stableford punten	Marker	Stableford punten
1	11	5 ^I	6	2		
2	13	4 ^I	6	1		
3	9	3 ^I	3	3		
4	15	4 ^I	4	3		
5	5	4 ^{II}	6	2		
6	17	3 ^I	4	2		
7	1	5 ^{II}	9	0		
8	3	4 ^{II}	6	2		
9	7	4 ^I	6	1		
		36	50	16		

Handtekening speler	Handtekening marker	Stableford punten 16
_____	_____	

Nettoscore is $6 - 1 = 5$ → Par

Nettoscore is $6 - 1 = 5$ → 1 boven

Nettoscore is $3 - 1 = 2$ → 1 onder

Nettoscore is $4 - 1 = 3$ → 1 onder

Nettoscore is $6 - 2 = 4$ → Par

Nettoscore is $4 - 1 = 3$ → Par

Nettoscore is $9 - 2 = 7$ → 2 boven

Nettoscore is $6 - 2 = 4$ → Par

Nettoscore is $6 - 1 = 5$ → 1 boven

ACTIEF MET JE HANDICAP

Hoe zorg je ervoor dat je handicap dicht bij je echte niveau zit?

1. Lever zo veel mogelijk qualifying scorekaarten in gedurende het speelseizoen. Hoe meer scorekaarten je inlevert, hoe dichter je handicap je echte speelsterkte benadert. NB. Alleen als je een qualifying scorekaart inlevert, telt deze mee voor je handicap. Je kunt ook qualifying wedstrijden spelen om scores voor je handicap te verkrijgen.
2. Controleer regelmatig of je geregistreerde handicap een weergave is van je potentiële speelsterkte. De ene keer speel je goed en daalt je handicap, de andere keer speel je wat minder en gaat je handicap iets omhoog. Indien je handicap te hoog of te laag is, neem dan contact op met de handicapcommissie van je golfclub. Deze is verantwoordelijk voor de juiste handicaps bij de spelers op de club. Zij kunnen je handicap aanpassen als blijkt dat deze geen goede afspiegeling is van je spelniveau.

Buitenlandse Kaarten

Qualifying kaarten en wedstrijdkaarten uit het buitenland tellen ook mee voor het verrekenen van de handicap. Voor qualifying kaarten geldt dat deze in landen gespeeld moeten zijn waar EGA-condities gelden; praktisch in heel Europa. Deze kaarten moeten fysiek of digitaal worden ingeleverd bij de handicapcommissie.

ACTIEF MET JE HANDICAP

Qualifying scores over 9 holes en op Par-3 banen

Er zijn veel spelers die niet regelmatig de tijd hebben om een qualifying score over 18 holes in te leveren. Gelukkig zijn daar inmiddels een aantal alternatieven voor. Je kunt je handicap halen op een qualifying par 3 baan of over 9 holes. Kies de juiste kleur tee of zelfs een die meer naar voren ligt. Dit kan veel tijd schelen.

Spelers met een handicap tussen de 54 en 4,5 mogen wedstrijdscoringen en qualifying kaarten over 9 holes inleveren voor handicapdoeleinden. Je mag per dag maar één qualifying ronde over 9 holes inleveren. Eventueel zijn wel twee 9 holeswedstrijdkaarten op één dag mogelijk. De score over 9 holes wordt met 18 punten verhoogd tot een handicapscore. De buffers voor 9 holes zijn daarom wel kleiner, zie de tabel op pagina 32.

ACTIEF MET JE HANDICAP

Actief met je handicap via het 9-stappenplan

Je handicap wordt voor het eerst bijgehouden vanaf handicap 54. Om die handicap 54 te halen en om hem, eenmaal behaald, actief te verlagen is het 9-stappenplan ontwikkeld. Dit is een soort opleidingstraject waarin je met filmpjes en oefeningen geholpen wordt om je doelstellingen te behalen. Kijk op www.degolfacademie.nl voor meer informatie en uiteraard kan je golfprofessional je hier ook meer over vertellen. Op de website kun je onder meer rondes en statistieken invoeren, zijn er testen, een scoringsmodule en is er een digitale golfagenda.

Handicapranking

Op www.golf.nl kun je altijd en overal je handicap opzoeken. Daarnaast kun je hier je handicapranking ten opzichte van andere golfers zien en kun je deze via social media delen met vrienden.

Je handicapranking geeft aan:

- Hoe goed je bent ten opzichte van alle andere Nederlandse golfers.
- Op welke plek je staat in jouw eigen club.
- Wat jouw 'ranking' is in jouw woonplaats en provincie.
- Hoe jouw handicap zich verhoudt ten opzichte van alle golfers van jouw leeftijd.



BUFFERZONE

Bufferzone

Wanneer het aantal Stablefordpunten binnen je bufferzone valt, dan is er geen aanpassing van je handicap. In de tabel hieronder kun je voor iedere handicap de verschillende limieten voor de betreffende bufferzone aflezen. Dit is opgesplitst voor zowel 9- als 18-holesron- den. Indien de ingeleverde score lager is dan de bufferzone, moet de handicap worden verhoogd. Als de ingeleverde score hoger is dan de buffer, in het algemeen 37 Stablefordpunten of meer, moet de handicap worden verlaagd. Uiteraard geldt, hoe beter je gaat spelen, hoe lager je handicap wordt. Onderstaand een schema dat aangeeft wanneer je handicap wordt verhoogd of verlaagd.

Handicap Categorie	EGA Handicap	Bufferzone 18 holes	Bufferzone 9 holes	Verhoging	Verlagings- factor
1	plus – 4,4	35 – 36	n.v.t.	0,1	0,1
2	4,5 – 11,4	34 – 36	n.v.t.	0,1	0,2
3	11,5 – 18,4	33 – 36	35 – 36	0,1	0,3
4	18,5 – 26,4	32 – 36	34 – 36	0,1	0,4
5	26,5 – 36,0	31 – 36	33 – 36	0,1	0,5
6	37 – 54	-	-	-	1,0

Bij 9-holesscores moeten 18 punten worden opgeteld.

BUFFERZONE

Hoe vaak speel je daadwerkelijk je echte handicap en hoe vaak speel je beter of slechter?

Het is niet eenvoudig om je handicap iedere keer te spelen, want je handicap behoort een afspiegeling te zijn van je potentieel. Daarnaast heb je te maken met baan- en weersomstandigheden of je hebt gewoon een goede of slechte dag. Daardoor kan er, afhankelijk van je niveau, een behoorlijke spreiding in je resultaten zitten. Om een indicatie te geven hoe vaak de gemiddelde golfer in Nederland boven, onder, of in zijn/haar handicap(buffer) speelt, kun je onderstaand schema gebruiken.

Handicap	Handicap of beter	Buffer	Onder buffer
0 – 5	34%	12%	54%
5 – 12	20%	18%	62%
12 – 20	14%	22%	64%
21 – 28	10%	24%	66%
29 – 36	8%	25%	67%
37 – 54	5%	-	-

Uit bovenstaand schema blijkt dat het voor praktisch alle spelers waarschijnlijk is dat ze meer slagen gebruiken dan hun handicap aangeeft.

BEREKENEN VAN JE HANDICAP

De berekening

De berekening van je handicap kun je overlaten aan de handicapcommissie van je club of je kunt je score invullen op verschillende sites op het internet. Het is echter ook leuk om zelf te weten hoe het werkt.

Handicap 54-37

Heb je een handicap tussen de 54 en 37, dan kun je je handicap na het spelen alleen verlagen en niet verhogen (zie tabel op pagina 32).

Je speelt bijvoorbeeld van handicap 54. Als je 36 punten haalt, zou je precies je handicap spelen. Je krijgt 54 slagen en je speelt van de oranje tee. Je haalt 40 Stablefordpunten. Dat is 4 punten beter dan je handicap ($40 - 36 = 4$). Je handicap 54 wordt nu verlaagd met 4 slagen.

Handicap	Playing Handicap	Kleur Tee	Stablefordpunten	Nieuwe handicap
54	54	Oranje	40	50

Handicap 36 of lager

Als je een handicap van 36 of lager hebt, dan kun je deze door het inleveren van een qualifying kaart verhogen of verlagen.

Je hebt bijvoorbeeld handicap 30,0 en je krijgt 33 slagen. Je haalt 39 Stablefordpunten over 18 holes. Je hebt dus 3 slagen beter dan je handicap gespeeld. Je handicap wordt verlaagd met $3 \times 0,5$ punt van 30,0 tot 28,5.

Als je later een ronde speelt van 31 punten, dan blijft je handicap onveranderd. Je hebt dan namelijk in de zogenaamde bufferzone gespeeld (zie pagina 32) en je behoudt je handicap van 28,5.

Als je vervolgens een ronde speelt van 28 punten, dan zal je handicap worden verhoogd. Je hebt slechter dan je bufferzone gespeeld. Je handicap wordt verhoogd met 0,1 van 28,5 naar 28,6.

Handicap	Playing Handicap	Kleur Tee	Stablefordpunten	Nieuwe handicap
30	33	Blauw	39	28,5
28,5	30	Oranje	31	28,5
28,5	29	Rood	28	28,6

BEREKENEN VAN JE HANDICAP

Overgang naar een andere handicap categorie

Voor spelers met een handicap van bijvoorbeeld 19,6 geldt een vergelijkbare procedure voor aanpassing van hun handicap zoals in de vorige stappen beschreven. Het verschil is dat per categorie een andere factor voor verlagening en een andere bufferzone geldt (zie pagina 32).

Je hebt bijvoorbeeld handicap 19,6 en je krijgt 22 slagen op een baan. Je speelt een qualifying kaart over 18 holes en komt binnen met 41 punten. Dit betekent dat je 5 slagen beter dan je handicap hebt gespeeld. Je handicap wordt verlaagd met $3 \times 0,4$ punt en $2 \times 0,3$ punt tot 17,8.

Zoals je in het schema op pagina 32 kunt aflezen, zak je met 0,4 punt tot je onder de grens van 18,5 komt, daarna zak je met 0,3 punt.

Handicap	Playing Handicap	Kleur Tee	Stablefordpunten	Nieuwe handicap
19,6	22	Blauw	41	17,8

Naar topgolf

Voor spelers met een lagere handicap geldt ook de procedure voor het verlagen en verhogen van de handicap, zie pagina 32. Voor spelers onder handicap 4,5 gelden andere regels. Deze spelers kunnen alleen hun handicap aanpassen met scores in wedstrijden over 18 holes. Dit heeft ook gevolgen voor het berekenen van je handicap als je daarbij handicap 4,5 passeert.

Je hebt bijvoorbeeld handicap 4,9 en je speelt een qualifying kaart buiten een wedstrijd. Je haalt 39 punten en dan zak je normaal gesproken met $3 \times 0,2$ naar handicap 4,3. Maar omdat je onder de 4,5 alleen wedstrijdkaarten mag inleveren, zal je handicap op 4,5 blijven hangen. Je handicap kun je daarna alleen verlagen door 18-holeswedstrijden te spelen.

Handicap	Playing Handicap	Kleur Tee	Stablefordpunten	Nieuwe handicap
4,9	6	Geel	39	4,5

AANPASSINGEN VAN JE HANDICAP

Computed Buffer Adjustment (CBA)

Soms wordt een wedstrijdronde gespeeld onder omstandigheden welke niet 'normaal' zijn in vergelijking met die van de course rating. Bijvoorbeeld door extreem slechte weersomstandigheden of een zeer moeilijke course set-up. Wanneer de omstandigheden zo 'abnormaal' zijn dat het de handicap van een speler op een niet-correcte manier beïnvloedt, vindt een aanpassing ter compensatie plaats. Binnen het EGA Handicap Systeem wordt deze aanpassing CBA genoemd. CBA geldt alleen voor 18-holes qualifying wedstrijden en wordt automatisch door het systeem toegepast vóór de aanpassing van de handicap.

Handicapherziening

Ieder jaar aan het einde van het seizoen moet de Handicapcommissie de handicap van alle spelers beoordelen. Voor die beoordeling moeten ten minste 8 scores van qualifying ronden ingeleverd zijn in de afgelopen twee jaar. Deze herziening kan ervoor zorgen dat de handicap omhoog of naar beneden aangepast wordt, maar zal in de meeste gevallen ongewijzigd blijven als resultaat van de beoordeling. De handicapherziening kan maximaal 3 punten zijn.