



Bienvenue au CrossGolf Training !

Nous vous avons écrit un petit guide pour vous aider lors de vos premiers pas sur le parcours. N'hésitez pas à vous y référer lorsque vous en ressentez le besoin.

Si vous avez des questions ou besoin d'aide, vous pouvez nous contacter par mail info@crossgolfttraining.ch

Horaire du Shop et du Secrétariat du Golf Payerne

LU - VE : 08h00 - 18h30 / SA - DI : 08h00 - 16h00

➔ Nous vous conseillons d'acheter un badge (5 CHF) pour vous permettre d'aller au vestiaire, d'acheter des balles, de faire un green fee 9 trous, en dehors des heures d'ouvertures du secrétariat !

N'oubliez pas que nous vous demandons d'avoir réalisé **3 x 9 trous avant votre 2ème heure On The Course !** Pour votre confort de jeu, privilégiez des horaires peu fréquentés (samedi à partir de 17h par exemple !) et surtout : pensez à réserver votre départ auprès du secrétariat +41 26 662 42 20 avant de partir sur le parcours.

1 - Le matériel

- 1. Driver / Bois** : Le club qui permet de taper le plus loin, il est utilisé pour les coups de départ.
- 2. Fers** : Les fers sont utilisés pour les coups intermédiaires. Les fers avec un numéro plus bas offrent une distance plus longue.
- 3. Wedges** : Idéaux pour les coups près du green. Les wedges comprennent le pitching wedge, le sand wedge, etc.
- 4. Putter** : Utilisé sur le green pour les coups roulés. Le putting est crucial pour économiser des coups.
- 5. Tee** : Support utilisé pour soutenir la balle lors de votre premier coup, à chaque trou.
- 6. Relève pitch** : Quand la balle atterrit sur le green, elle laisse une marque. Vous devez réparer cette marque avec le relève pitch.

2 - Le parcours

- 1. Départ** : Zone de départ du trou, utilisez votre tee pour tirer le premier coup.
- 2. Fairway** : Le chemin à suivre, c'est le plus facile jusqu'au trou, car le gazon est bien coupé.
- 3. Green** : La surface autour du trou. Utilisez le putter pour faire rouler la balle dans le trou.
- 4. Bunker** : Les zones de sable. À ratisser après votre passage.
- 5. Obstacles d'eau** : zone d'eau sur le parcours.



3 - Respecter l'étiquette

1. **Rapidité de jeu** : Jouez à un rythme raisonnable pour ne pas ralentir le jeu pour les autres. 10 à 15 minutes pour terminer chaque trou (maximum !).
2. **Porter une tenue appropriée** : Les jeans et les t-shirts sont interdits sur le parcours ! Portez un polo ainsi qu'un pantalon / jupe ou short. Les chaussures de golf sont conseillées sur le parcours.
3. **Sécurité** : Toujours crier pour prévenir les autres joueurs lorsque vous tirez une balle longue distance ou vers quelqu'un.
4. **Respecter la tranquillité** : Évitez de parler ou de bouger pendant que quelqu'un frappe. Mettre votre téléphone en silencieux.
5. **Réparation des divots et des marques de balles** : Remettez en état le terrain endommagé pour le bénéfice des autres joueurs.
6. **Ratisser les bunkers** : vous devez ratisser le bunker après votre coup.
7. **Ordre de jeu** : Le joueur le plus éloigné du trou joue en premier.
8. **Divers mais important** : Faites preuve de bon sens dans le placement de votre sac/chariot sur le parcours, ne marchez pas sur la ligne de jeu des autres joueurs sur le green, marquez votre balle lorsqu'elle est sur le green.
9. **Les balles du Driving Range sont interdites sur le parcours**. Ces balles ne sont pas adaptées structurellement pour une utilisation sur le parcours, elles offrent 30% de distances en moins. Des balles peuvent être achetées au Shop du golf.

4 - Les points Stableford

Les Points Stableford correspondent dans votre carte de score à votre résultat définitif.

Le calcul :

Exemple, si au trou 1 vous avez un Par 4 + 3 coups donnés, votre Par Total est de 7.

- ➔ Vous faites l'équivalent de votre Par Total, vous gagnez 2 points.
 - Si vous terminez le trou en 7 coups (l'équivalent de votre Par Total dans cet exemple), vous gagnez 2 points
- ➔ À chaque coup en moins par rapport à Votre Par Total vous gagnez un point supplémentaire :
 - Si vous terminez en 6 coups, vous gagnez 3 points (2 points pour avoir atteint votre Par Total + 1 point pour avoir fait 1 coups de moins que votre Par Total). Si vous aviez terminé en 5 coups, vous auriez eu 4 points (2 points pour avoir atteint votre Par Total + 2 points pour avoir fait 2 coups de moins que votre Par Total) etc...
- ➔ Attention, vous ne pouvez faire qu'1 coup en plus par rapport à votre Par Total.
 - Si vous terminez en 8 coups, vous ne gagnez qu'1 point.
 - Si vous terminez en plus de 8 coups, vous devrez mettre une croix et vous ne gagnerez aucun point (mettez 0 point).

Analyse des résultats en points Stableford :

- ➔ Si vous avez un résultat final de 18, vous êtes au niveau de votre handicap (54 pour info en tant que débutant).
- ➔ Si vous avez fait plus de 18, Bravo, vous avez mieux joué que votre niveau.
- ➔ Si vous avez fait moins de 18, vous devez retourner vous entraîner avec André et Francesco (que diriez-vous d'un cours privé pour vous améliorer ?)

5 - Petit Lexique

1. **Birdie** : Un score d'un coup en moins que le Par pour un trou donné. Par exemple, si le par est 4 et que vous réussissez en 3 coups, vous avez réalisé un birdie.
2. **Bogey** : Un score d'un coup au-dessus du Par pour un trou donné. Si le par est 4 et que vous réussissez en 5 coups, vous avez fait un bogey.
3. **Par** : Le nombre standard de coups qu'un golfeur est censé prendre pour compléter un trou ou un parcours. Par exemple, un trou classé en par 4 signifie qu'il est prévu de le terminer en 4 coups.
4. **Handicap** : Un indice numérique représentant le niveau d'un golfeur. Un handicap plus bas indique un joueur plus compétent.
5. **Divot** : Un morceau, une motte, de gazon détaché du sol lors d'un coup. Les golfeurs sont encouragés à réparer les divots pour maintenir la qualité du terrain.
6. **Air shot** : vous vouliez toucher la balle, mais vous l'avez raté.
7. **Driving range** : zone d'entraînement. Attention à bien utiliser les tapis, ne tapez pas dans le vrai gazon.

6 - Plan du Parcours du Golf Payerne

