



MI REVISTA DE GOLF



¡Tetracampeona de España!

Sofía Gamilla, referencia a seguir

Campeonato de España Infantil, Alevín y Benjamín
La gran fiesta del golf español

Campeonato de España Sub 16
Martín Cervera y Daniela Carrión, los mejores

Consejos prácticos
Coge el pitch y mima la bola

TÚ TIENES SED DE AGUA Y TU CUERPO DE AGUA MINERAL



DESDE 1790



Foto de portada:
www.holegolf.com - Iñigo Alfaro

SUMARIO

- 6 Campeonato de España Infantil, Alevín y Benjamín
- 10 Perfil Sofía Gamilla y Sergio Vargas
- 12 Campeonato de España Sub 16
- 14 Internacional de Bélgica Sub 14
- 15 Concurso 'Mi Revista de Golf'
- 16 Consejos prácticos: el bunker
- 18 Yo me sé las Reglas de Golf
- 19 Rincón ecológico



Publicación Oficial de la
Real Federación Española de Golf
Arroyo del Monte, 5
28039 Madrid
Tel. 91 376 91 30

Presidente Juan Guerrero-Burgos
Dirección Miguel A. Caderot
Redacción Miguel A. Caderot y Jorge Villena
Depósito Legal B-4776198

El privilegio de hacer historia

Cada verano, el Campeonato de España Infantil, Alevín y Benjamín vuelve a recordarnos por qué el golf es mucho más que un deporte. Llegar a disputar este campeonato ya supone un premio al trabajo de todo un año. Ganarlo significa entrar en una lista de honor reservada a quienes han sabido dar lo mejor de sí mismos en el momento decisivo.

La edición de 2026 ha vuelto a confirmar la extraordinaria salud de la cantera del golf español. Todos los ganadores de las distintas categorías merecen el aplauso, porque detrás de cada título hay incontables horas de entrenamiento, sacrificios personales y familiares...

Entre todos esos éxitos, sin embargo, uno merece una mención especial por su dimensión histórica. La andaluza Sofía Gamilla ha conquistado su cuarto Campeonato de España individual, una cifra que muy pocos jugadores pueden exhibir. Su recorrido habla por sí solo: campeona de España Benjamín en 2022, subcampeona de España Alevín en 2023, campeona de España Alevín en 2024 y dos veces consecutivas campeona de España Infantil, en 2025 y 2026. A ello se añaden los títulos nacionales logrados con su club y con la selección andaluza. Impresionante.

Lo verdaderamente extraordinario no es únicamente la cantidad de victorias, sino la capacidad para mantenerse durante cinco temporadas consecutivas entre las mejores de España, superando el cambio de categorías, la evolución de sus rivales y la presión que siempre acompaña a quienes compiten con la vitola de favoritas.

La historia del golf español demuestra, además, que no existe un único camino hacia la élite. Jon Rahm no fue campeón de España Benjamín, Alevín ni Infantil y terminó conquistando la cima del golf mundial. En cambio, Carlota Ciganda sí firmó un recorrido juvenil excepcional — campeona de España Benjamín, campeona Alevín y dos veces campeona Infantil— antes de convertirse en la mejor golfista española de todos los tiempos. También Rafael Cabrera Bello dejó su sello desde las categorías de formación, conquistando los Campeonatos de España Benjamín, Alevín, Infantil, Sub-16 y Sub-18 antes de desarrollar una brillante carrera profesional.

Por eso, el mayor reconocimiento que merece Sofía Gamilla no es compararla con nadie, sino valorar justamente lo que ya ha conseguido. Su nombre ocupa desde ahora un lugar destacado en la historia de la cantera del golf español, recordando que el futuro de nuestro deporte no se escribe con una sola protagonista, sino con el talento, el esfuerzo y la ilusión de todos, incluidos quienes, sin subir al podio, seguirán persiguiendo sus sueños con la misma pasión. Ese es, en realidad, el gran triunfo de nuestro golf.

Miguel Ángel Caderot

GLE⁴

DISEÑADO PARA TU JUEGO

TU JUEGO



La tecnología ligera y orientada a mejorar el resultado de la familia G Le4 ofrece un nuevo nivel de rendimiento para mujeres que buscan divertirse en el campo. Esta gama premium es perfecta para velocidades de swing más bajas. Cada palo del set está diseñado para ser fácil de manejar y de lanzar más alto la bola, logrando mayor distancia con tolerancia y consistencia incomparables.



**HAZTE UN FITTING.
OPTIMIZA TU RENDIMIENTO.**

ping[®]

©PING 2024

La gran semana del golf

Se acabó. Se nos fue la edición 2026 del Campeonato de España Infantil, Alevín y Benjamín 2026 - Memorial Juan Antonio Andreu, que será recordada por los excepcionales momentos que fueron dejando durante tres días 423 chicos y chicas, los mismos que tiñeron de alegría y vida los campos de La Manga Club y Serena Golf. Como una vez dijo un sabio, "no llores porque terminó, sonríe porque sucedió". El fin de semana de la llamada "Fiesta del Golf Español" se apagó con Sergio Vargas, Sofía Gamilla, Jaime de Wint, Inés Gómez-Balboa, Paula Casas y Mauro Boluda coronados como nuevos campeones de España.

Sergio Vargas, Sofía Gamilla, Jaime de Wint, Inés Gómez-Balboa, Paula Casas y Mauro Boluda son los nombres de los nuevos y flamantes campeones de España juveniles

citado en 2027: nos veremos en Barcelona, en concreto en los campos de El Prat y Sant Cugat. En lo que llega esa nueva cita, deleitémonos con lo que se ha visto en las seis categorías en Murcia. Birdies, eagles, hoyos en uno, muchas risas y alguna lágrima, que nunca falta. Tres días, en definitiva, para guardar en los libros de historia del golf juvenil español.



En los tres días que duró la acción en La Manga Club y Serena Golf se vieron extraordinarios momentos de golf: vueltas bajo par, birdies, eagles y hasta dos hoyos en uno

INFANTILES:
Sofía Gamilla aumenta su leyenda...

El repaso hay que empezarlo, sí o sí, por Sofía Gamilla (-3 al total) que ha terminado su ciclo en este Infantil -ite echaremos de menos!- obteniendo su segundo título consecutivo. La andaluza fue de menos a más el fin de semana, con rondas de 73, 72 y 71 golpes para unirse al selecto grupo de dobles vencedoras de esta categoría. Ahí están Nagore Martínez, Harang Lee o una tal Carlota Ciganda. No está mal. La valenciana Andrea Arnal (+1), la barcelonesa Valentina Corretja (+3) y la sevillana Cornelia Bermudo (+3), que celebraba su decimotercer cumpleaños, pusieron las cosas difíciles a Sofía, que se apoyó en su dilatada experiencia ganadora para aumentar su leyenda.

...y Sergio Vargas se divierte en Serena Golf

Nos vamos a Serena Golf para certificar que Sergio Vargas (-12 al total) es el flamante nuevo campeón de España Infantil Masculino. El madrileño comenzó la jornada final en cabeza con una jugosa renta a su favor, y ni el birdie de Álvaro Mateu, perseguidor, al hoyo 1 le despiató. El letón Marcus Latt (-5), con la mejor ronda del día, 67 golpes (-5) y ocho birdies, superó en la clasificación a Pedro Tineo y al propio Álvaro Mateu (-1). ¿Os preguntáis cómo llegó Sergio Vargas al liderato? Lo hizo con la tarjeta más deslumbrante de cuantas se vieron en el torneo, un 66 (-6) maravilloso con seis birdies y sin fallo alguno. ¡Actuación impresionante!!





ALEVINES:

Del bonito cara a cara entre Dmitrii y Jaime...

Dmitrii Elchaninov y Jaime de Wint libraron una de las grandes batallas de la semana, que tuvo su punto álgido en el play-off que concedió el triunfo al talentoso ruso en el primer hoyo extra. Jaime no pudo culminar su remontada, pero sí se llevó de premio lo más preciado: el título de campeón de España Alevín Masculino. Su hermano Oliver tiene un dignísimo sucesor en Jaime.

...al triunfo de Inés Gómez-Balboa en una prueba igualada

También emocionante, pero sin necesidad de tirar de play-off, fue el desenlace del Alevín Femenino, prueba que presentaba a un amplio ramillete de aspirantes en el tee del uno. Resolvió la madrileña Inés Gómez-Balboa (+18 al total), autora de una de las dos mejores cartas del día. La otra correspondió a Isabella Cabezas de Herrera (+22), segunda por delante de Candela Visus (+23). Entre estas tres jugadoras, más Lanhexue Luo, Valeria Armas o Martina Tirado, dieron forma a una divertida competición.



El álbum de huellas: un recuerdo indeleble

El mejor premio material del Infantil no es la copa que obtienen los ganadores, y tampoco la preciosa funda de drive que se llevan todos los participantes (el rojo de este año ha causado furor). Lo mejor es el árbol de huellas que reciben los campeones de España benjamines, esto es, un cuadro enmarcado en el que todos los participantes de la competición han dejado su huella. Un recuerdo indeleble.

BENJAMINES:

Paula Casas se lleva el título a golpe de par...

Paula Casas (-5 al total) fue una de las grandes sensaciones del torneo. A pesar de su corta edad, no hizo concesión alguna en toda la semana.

Con los pares que se marcó en las dos primeras jornadas se permitió el lujo de vivir un domingo de lo más tranquilo.

En esa ronda final no pudo repetir semejante hazaña, pero tampoco estuvo nada mal el 40 con el que se despidió la leonesa. Justísima campeona. Amahle Mdlulwa (+13) y Aitana Puerta (+15) fueron las mejores entre las golfistas 'terrenales'.

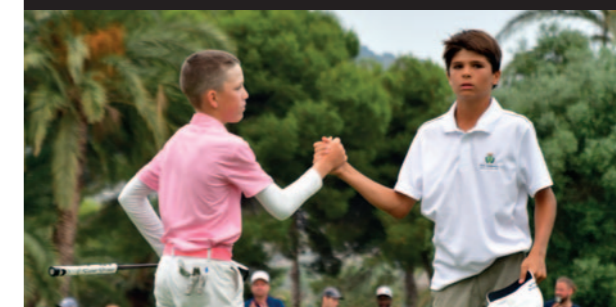
...y Mauro llevan los títulos a León y Valencia

Mucho más movido fue el final en el torneo de categoría masculina, en el que estaban involucrados no pocos jugadores.

El título fue a parar a manos del valenciano Mauro Boluda (+8 al total), autor de su segundo 36 de la semana. Alan Altuna y Gonzalo Bernal, ambos con +10, le secundaron en el simbólico podio de un torneo para el recuerdo de todos. ▶

El día del 'hole in one'

Dmitrii Elchaninov. Alevín. Ruso. Jugonazo. Suyo fue el primer hoyo en uno del torneo. Fue en la segunda jornada, en el hoyo 2 y con un golpe maestro con el 54. Bote y a la cazuela. "No lo he celebrado demasiado, lo importante es el resultado final", decía para asombro de uno de sus compañeros de partida. Pero ahí no quedó la cosa: una hora después fue otro alevín, el valenciano Carleto Pérez, quién la enchufó con el hierro 6 en el hoyo 13. Él sí lo celebró, y a lo grande. "Me he puesto a gritar y a saltar como un loco. Si mañana hago otro voy a empezar a pensar que tengo que ir al PGA Tour", decía entre risas.





La receta de Sergio y Sofía se llama regularidad

Los Campeonatos de España Infantil, Alevín y Benjamín nos han descubierto a dos grandes jugadores, Sergio Vargas y Sofía Gamilla. ¿Sólo ellos han destacado en Murcia? Ni mucho menos, pero como campeones de España de la máxima categoría juvenil, ambos son los que marcan el paso a seguir. Son los referentes. Dos jugadores con fantásticas condiciones para desarrollar una carrera destacable en el golf por las cualidades que ya han demostrado hasta el momento. Vamos a conocerlos en detalle.

La golfista andaluza es la potencia controlada en un campo de golf, mientras que el madrileño es un pegador con una calidad de toque de bola inusual y un carácter perfecto para este deporte

Sofía Gamilla, la potencia viene de La Cañada

Sofía es el penúltimo talento salido de la inagotable cantera gaditana de La Cañada, un maravilloso vivero del que han brotado golfistas profesionales como Álvaro Quirós, Mario Galiano, María Parra o, más recientemente, Ángel Ayora.

Para muchos aficionados, Sofía Gamilla no es un descubrimiento reciente. Y no puede serlo porque el de este año es su cuarto título nacional. Ha sido campeona de España Benjamín, Alevín e Infantil, esta última categoría en dos ocasiones. Ya no sorprende a nadie con sus triunfos, pero sí por su manera de conseguirlos. La andaluza es una jugadora que destaca por su extraordinaria potencia y su buen físico. Es una golfista fuerte, con una pegada que le hace ganar metros desde el tee de salida. Claro que, como dice el anuncio, "la potencia sin control no sirve de nada". Ella lo sabe y lo ha trabajado de lo lindo, y fruto de ello es que suele ir muy recto.

Así, combinando potencia de salida y una notable finura con los hierros, se garantiza un elevado porcentaje de acierto en calles y greens. En definitiva, el suyo es un juego sólido, que cuando fluctúa suele ser positivamente.

Sergio Vargas, el carácter ideal para un golfista

También Sergio Vargas es producto de una escuela popular de nuestro golf, la del Olivar de la Hinojosa, en Madrid. Al contrario que Sofía, nunca había ganado un Campeonato de España, pese a que no es la primera vez que destaca en el Infantil.

Para hablar de su mejor virtud no es necesario ponerse un vídeo de 'highlights', porque no se encuentra en su forma de patear ni de darle con el driver. Lo que más destaca de él, a ojos de los técnicos, es su carácter,

el idóneo para afrontar una competición de golf. Es un golfista que en el campo, se podría decir, ni siente ni padece, como reza el dicho.

No le afectan los fallos, tampoco los aciertos, y eso provoca que su actitud en el campo siempre sea mesurada. Ese control sobre las emociones le ayuda a sacar todo su arsenal de virtudes en el campo, empezando por una calidad de toque de bola fuera de lo normal. El madrileño le pega muy bien, y también lo hace largo. A su favor juega un estupendo físico que engaña: parece delgadito, pero está fuerte. Es poderoso y controlado desde el tee de salida, y eso puede llegar a ser determinante. De hecho, en Serena Golf lo fue. De no ser así no estaríamos hablando del flamante campeón de España Infantil.

En definitiva, ambos manejan un 'algo' que es muy difícil de conseguir en el golf, y más aún a los catorce años. Ese algo se llama regularidad.

“¿Pateo peor que antes?”

Al habla con un técnico nacional que conoce a la perfección a Sergio y a Sofía llegamos a una reflexión curiosa acerca del juego corto de ambos. Son dos jugadores que cogen muchos greens y que suelen patear para birdie... pero hablamos de putts de cuatro o cinco metros, difíciles. El porcentaje de acierto, obviamente, no es elevado, y eso les lleva a pensar que patean peor que tiempo atrás.

“Es un error muy común”, nos dice este técnico. “Antes, cuando hacían menos distancia con los hierros, pateaban para par y no para birdie, pero los putts eran más cercanos, de un par de metros en ocasiones. Lógicamente embocaban más, y eso les hace tener la percepción de que tocan la bola peor, pero no es así. Es algo lógico a estas edades”, nos explica. ▶



Un trampolín hacia el futuro

La cantera del golf español sigue llamando con fuerza a la puerta. El primer tramo de la temporada ha vuelto a demostrar que el futuro del golf español está en buenas manos gracias a una generación de jugadores que compite sin complejos, exhibe una notable madurez y convierte cada torneo en un auténtico espectáculo. El Campeonato de España Sub 16, disputado en Infinitum Golf (Tarragona), fue el mejor ejemplo. Tres jornadas de enorme intensidad, golpes de altísimo nivel y dos desenlaces cargados de emoción dibujaron una de las ediciones más brillantes de los últimos años, con Martín Cervera y Daniela Carrión escribiendo su nombre entre los grandes campeones de la categoría.

Martín Cervera conquistó el título nacional Sub 16 con una soberbia vuelta final de 67 golpes, mientras que Daniela Carrión resolvió a su favor un emocionante play off de tres jugadoras para ganar en categoría femenina



El golpe definitivo de Martín Cervera

Los grandes campeones suelen aparecer cuando más aprieta la competición. Y Martín Cervera lo hizo en el momento perfecto. El joven golfista andaluz fue construyendo su triunfo con paciencia, sin perder nunca de vista el liderato. Dos consistentes vueltas de 68 golpes le mantuvieron al acecho antes de lanzar el ataque definitivo en la jornada final.

No en vano, sobre el recorrido Ruins+Hills firmó una sensacional tarjeta de 67 golpes (-4), la mejor demostración de su talento y de una serenidad impropia de un jugador de su edad. Con apenas dos bogeys y cuatro birdies, Martín Cervera ofreció una auténtica exhibición de control, obligando a todos sus rivales a rozar la perfección para intentar seguir su ritmo. Nadie lo consiguió.

Quien más cerca estuvo fue Oliver de Wint. El también andaluz respondió con otra magnífica vuelta de 67 golpes, protagonizando junto al nuevo campeón de España Sub 16 uno de esos duelos que alimentan la ilusión de seguir disfrutando durante muchos años de esta generación de golfistas.

Muy distinta fue la última jornada para Iñaki de la Macorra, que había dominado el campeonato desde el inicio gracias a un estreno espectacular: 63 golpes sin un solo bogey, adornados con cuatro birdies y un eagle, la mejor actuación del torneo. Una segunda vuelta de

67 impactos consolidó su liderato, pero el domingo el campo le exigió más de la cuenta. La tarjeta de 75 golpes le apartó de la pelea por un título que acabó viajando a manos de un inspirado Martín Cervera.

Daniela Carrión, sangre fría para ser campeona

Si el torneo masculino mantuvo la emoción hasta el final, la competición femenina elevó todavía más la tensión. Tres jugadoras —Daniela Carrión, Chanya Huaysan e Iciar Rodríguez— llegaron igualadas al hoyo final con dos bajo par después de tres jornadas marcadas por la igualdad, obligando a decidir el campeonato en un apasionante play off.

Daniela Carrión ya había dejado claras sus intenciones desde el primer día. Una brillante vuelta de 67 golpes, coronada con ocho birdies, la situó al frente de la clasificación. La segunda jornada resultó más exigente y una tarjeta de 74 golpes estrechó las diferencias, pero la valenciana supo mantener el liderato y afrontar la última ronda sin perder la calma. Esa fortaleza mental terminó siendo decisiva. En el desempate, con toda la presión concentrada en un solo hoyo, Daniela Carrión encontró el golpe que marca la diferencia entre aspirar al triunfo y levantar el trofeo. El primer hoyo del play off fue suficiente para proclamarse campeona de España y firmar el mayor éxito de su todavía corta trayectoria deportiva. ▶



Cita para aprender

Ganar en el ámbito deportivo es un hecho que atañe solo a unos pocos, obviamente a uno por competición. Ganar, ya se sabe, es un privilegio al alcance de quien aúna talento, esfuerzo, oportunidad y capacidad de encadenar aciertos en un momento determinado, porque no ganar -que no se tiene que entender, ni mucho menos, con perder- es lo que le ocurre al resto de participantes.

Valga esta introducción para encuadrar en su justa medida lo ocurrido en el Internacional de Bélgica Sub 14 celebrado a primeros de julio en el Club de Golf Royal Waterloo, donde una amplia y cualificada representación española aprovechó la cita para adquirir experiencia en competiciones de alto nivel.

Tras tres días de juego, Álvaro Mateu y Sofía Gamilla se distinguieron como mejores españoles. El joven golfista madrileño ascendió dos puestos con respecto al segundo día y terminó compartiendo la séptima posición, a nueve golpes del vencedor, el francés Alan Rode.

Mención asimismo especial para el resto de jugadores españoles, ya que todos remontaron en la última jornada, entre ellos el castellanoleonés Manuel Cano, que registró el segundo mejor resultado de todos los participantes en la primera jornada (69 golpes)

Álvaro Mateu y Sofía Gamilla fueron los mejores españoles en el Internacional de Bélgica Sub 14

Sofía Gamilla, la mejor española en Bélgica

Por su parte, la vigente campeona de España Infantil Sofía Gamilla fue la española más destacada, quedándose a un puesto de entrar en el Top 10. En la última jornada, la pujante golfista andaluza logró subir un puesto para terminar undécima, a catorce golpes de la ganadora, la francesa Elena Leblond.

Dos españoles en el palmarés del torneo

Destacar que la castellanense Rocío Tejedo, en 2019, estrenó su palmarés internacional al imponerse con brillantez en la categoría femenina de este Internacional de Bélgica Sub 14.

Seis años más tarde, en 2025, el gallego Jorge de la Riva se convirtió en el segundo español ganador de este torneo. Su victoria incluyó asimismo los segundos puestos de Martín Cervera e Iciar Rodríguez. ▶

Concurso “Mi Revista de Golf” Haz fotos a tus amigos

Ahora que llega el verano y que vais a pasar mucho tiempo fuera de casa, os vamos a proponer un concurso diferente. Para empezar, tenéis que hacer un hueco en vuestra bolsa para, en el momento apropiado, cuando no se interfiera en el juego, hacer las fotos más bonitas o curiosas relacionadas con el golf, pero con una salvedad importante: es necesario que aparezca uno o varios niños, gente joven, ya sea jugando o con cualquier referencia a nuestro deporte. Y que les pidáis permiso para hacerles la foto.

iiEchadle imaginación al asunto!! Puede ser dentro de un campo de golf, pero también fuera del mismo. Lo único importante es, ya sabéis, que sean bonitas o cu-

riosas relacionadas con el golf juvenil que se practica en nuestro país. iiPodéis salir vosotros mismos!!

Una vez seleccionada, pedid ayuda a vuestros padres para mandarlas por correo electrónico a la siguiente dirección (prensa@rfegolf.es), mencionando en el Asunto 'Concurso fotográfico Revista Juvenil'. iiiAsí que, ánimo, cámara en ristre, mucho ojo... y mucha suerte!!! Por otro lado, en esta página aparece el dibujo del ganador del concurso del cartel anunciador del Campeonato de España Infantil, Alevín y Benjamín 2026 que se acaba de disputar en La Manga Club y cuya información podéis encontrar en las primeras páginas de esta misma revista. iiEnhorabuena y gracias a por la imaginación y el esfuerzo derrochados!! ▶



Ganadora: María Isabel Gutiérrez Pascual de Pobil

Condiciones Puedes participar si tienes entre 6 y 16 años y posees licencia federativa. Envía tu foto a Departamento de Prensa RFEF (prensa@rfegolf.es) poniendo en Asunto: Concurso fotográfico Revista Juvenil y citando los siguientes datos: Nombre y apellidos, dirección, teléfono, edad, club de golf y licencia federativa. **Premio Ganador:** Regalos diversos del Comité Juvenil

Coge el pitch y mima la bola

El green, aunque lejano, se muestra bien visible, perfectamente contorneado, con todas sus defensas nítidas, lo que permite atacarlo con una estrategia definida. La bola, tras uno o varios impactos desde el tee de salida, se encuentra a una distancia variable -entre 30 y 90 metros, en números redondos- que anima a realizar un golpe por alto.

Tiene que ser bien medido, que eleve la bola en la dirección correcta, salvando todos los obstáculos antes de que se deposite en el green para que, una vez allí, ruede o incluso retroceda gracias a su 'backspin' (giro de retroceso), esto último para aquellos que, por su juego, están capacitados para ejecutar un golpe de estas características.

A ese golpe ideal se le denomina 'pitch', englobado como el 'chip' en el llamado juego corto. La diferencia fundamental entre ambos estriba en la trayectoria que describe la bola.

Lo importante es el vuelo de la bola

Si en el 'chip', recordemos, el impacto incluye un 25% de vuelo y un 75% de rodada, en el 'pitch' la preponderancia del vuelo es total, hasta el punto de que, como se ha reseñado anteriormente, en algunos casos es preciso que se frene por completo cuando alcanza el green. En resumen, lo más importante en el 'chip' es la rodada y en el 'pitch', el vuelo.

La parábola que describe la bola es variable, en función de la distancia a que se encuentre el green. También puede influir la presencia de un 'bunker' en la línea de tiro, así como, llegado el caso, las caídas de los greens cuando son evidentes desde mayor distancia.

Semejante acumulación de variables incide decisivamente en la elección del palo a utilizar, siendo más o menos abiertos en función de la altura que queramos alcanzar. Cuanta más parábola, mayor abertura, si bien si se quiere alcanzar mayor distancia adquiere importancia el empleo de un palo más cerrado.

La cancha de prácticas es un excelente lugar para practicar este golpe. Plantearse objetivos distintos en impactos sucesivos -ahora a 70 metros, a continuación a 30, luego a 50, más tarde a 20, finalmente a 80...- es un magnífico ejercicio para ir adquiriendo la medida del 'backswing', la velocidad de giro, la fuerza del impacto, etc. Es muy importante no colocar la bola, sino dejarla caer para proceder a impactarla desde donde esté situada, aunque no resulte cómodo.

La bola, con respecto a los pies, ha de ocupar una posición, en general -siempre, en estos consejos, se establecen generalizaciones- ligeramente a la izquierda, con la cara del palo apoyada en el suelo apuntando directamente al objetivo, una posición que se acentuará más a la izquierda si se desea dar un golpe de mayor altura y, por el contrario, se centrará más con respecto a los pies para golpes de trayectoria más baja.

Asimismo, dependiendo de la altura que queramos alcanzar -para, por ejemplo, evitar un 'bunker' en la línea de tiro-, cogemos un palo con más o menos grados. Si fuera necesario, por no disponer en nuestra bolsa de un palo con suficientes grados, debilitaríamos más la cara del palo para conseguir mayor altura.



La bola describe una parábola más o menos pronunciada en el aire dependiendo del palo escogido

El grip, el arco del swing, aspectos a considerar

En general, el 'grip' será normal, pero si la distancia es pequeña (20-30 metros) se debe agarrar el palo un poco más abajo de lo habitual. La posición de la bola con respecto a los pies debe ser más centrada con respecto a la posición básica explicada anteriormente. El arco del 'swing' dependerá de la distancia a la que estemos del green, así como de la altura que queramos imprimir a la bola. En general, tanto para mayor distancia como para mayor altura, el 'backswing' será completo -también en un golpe muy alto pero muy corto, donde en este caso es preciso aumentar la velocidad de la cabeza del palo-, reduciéndolo en función de la necesidad de ejecutar un golpe menos alto ó más corto.

Es fundamental, en este sentido, que exista soltura -iinada de rigidez!-, que el palo, los brazos y el cuerpo vayan unidos en un movimiento acompasado para mantener el ángulo de impacto correcto.

Es preciso recordar que es el palo el que levanta a la bola, no las muñecas, ni los brazos ni mucho menos el cuerpo. No en vano, el error más extendido al realizar este tipo de golpes es una basculación excesiva o bien atacar la bola con una trayectoria muy vertical que obliga a emplear las muñecas para intentar rectificar en el último momento.

Otro fallo común consiste en hacer excesivo 'backswing' (la primera parte del swing, desde la



posición inicial al punto más alto) y desacelerar cuando se va a golpear la bola al percibir que con esa amplitud no se alcanza apropiadamente el objetivo. Es importante, por ello, acomodar el 'backswing' en función de la distancia, acortarlo si fuera necesario, y acelerar al impactar la bola.

Este tipo de gestos, muy habituales, envían la bola justo donde no se quiere, sin que la bola adquiera el vuelo preciso para alcanzar el green o, por el contrario, realice trayectorias de escasa parábola que hace que nos pasemos muchos metros del objetivo. La única solución pasa por tener paciencia, por trabajar a conciencia este tipo de golpe fundamental y de recordar que hay que tener decisión a la hora de ejecutarlo, pero también mimo, mucho mimo. ▶

Salva Luna
Seleccinador de los equipos nacionales





¡Comenzamos el hoyo!

En el primer hoyo el orden es el que está en el horario, pero en los demás sale primero el que hizo mejor resultado en el anterior

Yo me sé las Reglas'. Este es el título del libro editado por el Comité de Reglas de la RFEG con la finalidad de acercar las normas de nuestro deporte a vosotros, los jugadores más pequeños. Es un libro sencillo y fácil de entender en la descripción de los procedimientos, lo que os permitirá comprender aún mejor el porqué de las Reglas de Golf. Os desgranamos aquí lo que acontece cuando nos preparamos para jugar e iniciamos el primer hoyo

iiVamos a comenzar!! Pero, ¿quién juega primero?

- En el primer hoyo de juego el orden para jugar es el que está en el horario de salidas. En los demás hoyos, sale primero el jugador que hizo el mejor resultado en el hoyo anterior.
- Durante el juego del hoyo debería jugar primero

quien está más lejos del hoyo. Pero para ahorrar tiempo, puede jugar primero quien ya está preparado, pero siempre con cuidado y cuando no molestes o puedas causar algún daño a los demás jugadores del campo. Es lo que se llama "Ready Golf".

- Si tienes que jugar una bola provisional desde el área de salida, debes hacerlo después de que los demás jugadores de tu partida hayan salido.
- ¡Ojo! Asegúrate de ejecutar tu golpe desde dentro del rectángulo que es el área de salida (revisa que estás en el área de salida correcto, y que no pones sin querer la bola más adelantada de las barras de salida).
- Si juegas fuera del área de salida el golpe no vale y tendrás dos golpes de penalización. Además obligatoriamente tienes que volver a jugar tu golpe de salida desde el sitio correcto. ▶

DESCARGA DEL LIBRO Vosotros, que vivís de lleno en la era digital, podéis descargaros el libro desde la web de la RFEG, www.rfegolf.es. Una vez accedáis a la página principal, entrad en el Comité de Reglas, donde en el menú vertical de la derecha aparece el enlace Libro Juvenil Yo me sé las Reglas. ¡Todo vuestro!



18



Todo claro como el agua

Un campo de golf no deja de ser sino una superficie de cultivo dedicada al deporte y al ocio en respuesta a la demanda social

Acaba de caer en nuestras manos una interesante publicación, 'El Swing del Agua', escrita por el ingeniero agrónomo Francisco Javier García Ircio, en el que se realizan una serie de afirmaciones, auténticas verdades sobre el agua, que, despojadas de la típica demagogia que acompaña a determinados discursos catastrofistas sobre el golf, son convenientes que conozcáis desde ya mismo, ahora que sois pequeños y estáis en plena etapa de formación.

Iremos, en esta sección, extrayendo del citado libro cuestiones muy interesantes relacionadas con este asunto. Para empezar, como dice su autor, hay que tener en cuenta que un campo de golf es un cultivo compuesto por varios a su vez, es decir, es un sistema agrícola.

Es preciso recordaros que los productos vegetales obtenidos de estos cultivos no sólo pueden ser de uso alimentario, farmacéutico, energético, textil, etc, sino que pueden ser deportivos o de ocio. El producto,

en el caso de un campo de golf, es una cubierta vegetal perenne formada por césped, que, bajo unas correctas prácticas agrícolas, determina una superficie que permite que se pueda jugar al golf. Césped es el nombre comúnmente utilizado para denominar aproximadamente a unas 20 especies de la familia de las gramíneas, que tiene tres características principales:

- Toleran la siega frecuente
- Forman una cubierta densa
- Soportan el tráfico y el pisoteo

Lo más importante es que siempre, sobre todo si hablamos de un campo de golf, debe existir una misma filosofía de mantenimiento. La figura clave en este sentido es la del greenkeeper, que debe conseguir que el campo alcance su máximo potencial en cada estación del año. En próximos números iremos ampliando todas estas ideas. ▶



19

SCOTTSDALE
TEC™

ENFOCADOS EN EL ÉXITO.

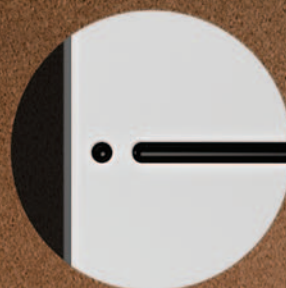


La posición de la varilla Onset en los modelos Ally Blue y Ketsch permite ver toda la cara del putter para mejorar la alineación.



UN PUNTO DE VISTA DIFERENTE

Con un llamativo acabado blanco, los putters Scottsdale TEC de alta inercia y multimaterial presentan EYE Q, una tecnología que ayuda al apuntado inspirado en investigaciones de seguimiento ocular que ayuda a concentrarse y embocar más putts. Cada modelo posiciona el centro de gravedad (CG) detrás de la varilla para garantizar que el CG se desplace a lo largo del golpe, proporcionando estabilidad y cumpliendo con los requerimientos de torque según tu tipo de golpe.



PRESENTAMOS

EYE Q™

Un punto focal y una línea de alineación larga ayudan a centrar la mirada, favoreciendo la precisión y la consistencia.

PERDÓN SIN PERDER EL TOQUE

El inserto de elastómero proporciona una sensación suave y receptiva, así como control de la distancia.



PING®

©PING 2026

HAZTE UN FITTING. OPTIMIZA TU RENDIMIENTO.