



김진철 교수의 신나는 실전 골프

(전남과학대 골프·프로캐디학과 교수)

손목과 체중 왼쪽에 볼 떨어질 지점 결정하고 양팔·몸 함께 움직여 샷

■ 칩샷

20m 안팎의 그린 주변에서 볼을 굴리거나 띄워서 핀 근처에 붙이는 것을 칩샷(chip shot)이라고 한다. 특히 볼과 핀 사이에 큰 장애물이 없는데 사용하는 어프로치의 가장 기본적인 샷이다.

칩샷의 기본적인 자세는 볼을 스탠스 중심에 두고 손목과 체중은 왼쪽에 있어야 한다. 손목은 클럽 헤드보다 훨씬 왼쪽에 가깝게 혹은 볼보다 앞쪽에 위치해야 한다. 그리고 체중의 대부분도 처음부터 왼발에 실리도록 한다.

만약 라이가 좋지 않을 땐 볼을 오른발 쪽에 가깝게 두고 샷하는게 좋다.

양팔과 상체의 방향은 목표선에서 10~20도 정도 오픈하고 손목을 확실하게 고정시킨 상태에서 핀을 향해 샷을 한다.

칩샷은 크게 두 가지를 생각하며 이뤄져야 한다. 공중으로 날아가는 거리(캐리)와 굴러가는 거리(롤)의 비율이 클럽마다 다르기 때문이다.

보통 샌드웨지의 경우 날아가는 비율과 굴러가는 비율을 75%대25%로 생각한다. 피칭웨지는 65%대35%, 7번아이언은 25%대75% 정도로 계산해 샷을 하면 도움이 될 것이다. 그렇기에 클럽별로 충분한 연습을 하는 게 칩샷 감을 익히는데 도움이 된다.

그리고 칩샷은 우선 볼이 떨어질 지점을 결정하고 그 이후 볼이 굴러가는 퍼팅라인을 그려보는게 좋다.

또하나 칩샷의 기본은 손목의 움직임이 약간 있을 뿐 대부분 팔로 스윙을 한다는 것이다. 그리고 왼손으로 백스윙에서 임팩트 순간까지 리드한다. 그렇기때문에 샷의 정확도를 높이기 위해서는 왼손만으로 샷하는 연습을 많이 해보는게 큰 도움이 된다.

무엇보다도 샷에선 양팔과 몸이 함께 움직여야 한다. 만약 양팔과 몸이 따로 움직여지면 거리조절이 제대로 안된다. 스윙이 너무 커 임팩트 때 클럽 헤드 속도가 감소되거나 스윙이 너무 짧아 임팩트 때 클럽헤드를 잡아채는 경우에 거리조절이 들쭉날쭉 되기 쉽다.

몸의 회전 속도를 증가 혹은 감소시키는 것

칩샷에서 클럽별 캐리:롤 비율
(따가는 거리:굴러가는 거리)

클럽	캐리	롤
샌드웨지	75%	25%
피칭웨지	65%	35%
9번아이언	50%	50%
7번아이언	25%	75%

이 거리 조절의 열쇠이다. 이 감각을 익히기 위해선 팔의 상단과 가슴 사이에 타월을 끼우고 짧은 피칭 샷을 연습하는 게 효과적이다. 몸의 회전 속도를 변화시키면서 샷의 거리가 어떻게 달라지는지 유심히 관찰하는 것도 중요하다. 예를 들어 20야드 샷을 위해선 몸의 회전속도를 백스윙과 다운스윙을 통해 20mph(시속 20마일)로, 30야드 샷은 30mph로 회전한다고 생각하면 된다. 결과적으로 샷의 거리가 길면 길수록 몸을 더 빨리 움직여야 한다는 것을 기억해 두어야 한다.

아마추어 골퍼들이 또 칩샷에서 유념해야 할 점은 볼을 억지로 띄우려고 하지 말라는 것이다.



벙커가 앞에 있을땐 볼을 높이 띄우는 로빙(lobbing) 샷을 구사한다. 페어웨이 맨 오른쪽에 놓여있는 클럽은 티구방향을 나타내고 가운데 클럽은 스윙궤도, 그리고 맨 왼쪽 클럽은 오픈된 스탠스를 나타내고 있다.

볼 억지로 띄우려는 동작은 금물

볼을 띄우는 것은 클럽의 로프트에 맡겨야 하는데 일부 아마추어 골퍼들은 억지로 띄우려는 샷을 하다보니 볼이 짧아 그린 앞 벙커에 떨어진다든지 볼의 옆구리를 쳐 그린을 넘겨버리는 미스 샷을 날리곤 한다.

벙커가 앞에 있는 상황에서 칩샷은 볼을 높이 띄우는 로빙(lobbing) 샷을 구사해야 한다. 로빙이 라이가 관측을 경우에만 시도하는게 좋다. 즉 볼 밑에 적당한 잔디쿠션이 있어 샌드웨지의 리딩에지(leading edge-골프채 헤드의 타면과 밑바닥의 경계선, 즉 날을 뜻한다.)가 잔디와 볼을 동시에 치면서 미끄러져 들어갈 수 있어야 한다.

어렵고 힘든 라이에서는 위험부담을 고려해야 한다. 이 경우엔 차라리 정상 피칭 샷을 해서 두번의 퍼팅으로 홀에 집어넣는 전략이 더 나을지도 모른다.

로빙 샷을 하기 위해선 하체와 상체를 모두 타킷에 대해 오픈 시킨다.(정상적인 피칭 샷에서는 하체만 오픈 시킨다) 클럽 페이스는 오픈시켜놓고 볼은 스탠스 앞쪽에 두며, 체중은 양발에 고르게 두어서 볼 바로 뒤 잔디를 치면 된다. 상당히 길고 느린 스윙을 하도록 집중해야 한다.

다음은 칩샷의 클럽을 선택하는 요령을 알아보자.

먼저 같은 장소에서 여러가지의 클럽으로 목표 지점을 향해 볼을 떨어뜨려 본다. 이 동작을 되풀이 하다보면 클럽별 볼의 런이 어느 정도 인가를 알 수 있다. 이러한 연습은 실제로 코스에 나갔을 때 라이의 상황과 핀의 장소에 가장 빨리 적응할 수 있는 방법이기도 하다.

한편 연습그린에는 여러 곳의 홀컵을 향해 칩샷을 해보는게 좋다. 그리고 때리는 장소도 바꾸어 보는 것이 바람직하다. 그린에서 가까



칩샷때 주로 사용하는 클럽으로 맨 왼쪽부터 7번 아이언, A(어프로치 웨지), S(샌드웨지).

이에 홀컵이 있다면 예지 클럽을 사용하고 멀리 있을때 7번 아이언 등으로 칩샷을 해보는게 좋다.

칩샷은 상행 샷을 되풀이 해보고 자신의 샷 감각에 맞을때까지 반복되는 연습을 꾸준히 하는게 비결이다.

/서승원기자 swseo@kwangju.co.kr
/사진=최현배기자 choi@kwangju.co.kr

골프 매너

골퍼가 하지 말아야 할 5가지

최근 골프 인구가 늘어남에 따라 필드에서 골퍼들이 지켜야 할 매너의 중요성이 더욱 커지고 있다.

첫번째, 타수 속이기. 특히 지인들끼리 부담되지 않는 내기골프 할때 기록표를 타수를 의도적으로 줄여 기재하는 것. 상습적인 맨 동반자 수가 점점 감소할 수도 있다.

두번째, 담배 피우기. 동반자들 중 비흡연자가 있을 땐 샷에 영향

을 미칠 수도 있기 때문에, 흡연은 지정된 장소에서 하는 게 상대를 배려하는 행위라 할 수 있다.

세번째, 치기 좋은대로 옮기기. 아무리 친선 골퍼라 하더라도 반드시 지켜야 할 것 중 하나다. 상대가 양해를 한 경우가 아니고서는 어떠한 위치의 공도 그자리에 서 쳐야한다.

네번째, 알까기. 자기가 친 공을 못찾고 몰래 다른 공을 가져다 가는 것.

다섯번째, 볼 너무 오래 찾기. 오비 난 공 찾겠다고 시간을 너무 오래 끌어 동반자들의 짜증을 돋우는 경우.

시추에이션 골프 룰

내 볼 5분 내 확인 못하면 '분실구'

Q : 퍼팅 그린 밖에서 샷한 볼이 퍼팅 그린 위에서 굴러가고 있는데 갑자기 나타난 개가 볼을 물고 달아나버렸을 경우.

A : 개가 볼을 물어 올린 지점에 가깝게 플레이스(원래의 볼을 원래의 위치에 놓는 것)한다. 하지만 퍼팅 그린 위에서 스트로크하여 움직이는 볼을 물어갔을 경우엔 그 스트로크를 취소하고 리

플레이스(원래의 볼을 원래의 위치에 놓는 것)한다.

Q : 라운드 중 공교롭게 동반자의 볼과 같은 브랜드, 같은 모델, 같은 번호여서 누구의 볼인지 확인할 수 없을땐?

A : 5분 이내에 자신의 볼을 확인하지 못할 경우 분실구 처리된다. 마지막 플레이 지점으로 되돌아가 드림하여 플레이를 계속한다.

금주의 골프용품

마음껏 스윙해도 감기지 않아요

'GN502 TOUR드라이버'

'GN502 TOUR드라이버'는 'GN 502'시리즈의 '어떤 골퍼라도 쉽게 날릴 수 있는 클럽'이라는 기본 컨셉을 살리면서, 마음껏 스윙해도 왼쪽으로 감기지 않고, 비거리가 늘어나는 쉬운 경지향 드라이버.

헤드들 'GN 502드라이버'에 비해 약간 작게 하고(450cc), 중심각도 5도 작게 (25도)한 것 외에 중심 심도를 약간 낮고, 중심거리도 짧게 설계하였다. 게다가 솔의 형상도 얇은 중심을 이 미지 시키는 디자인을 채용하고 있다.

미들키의 컨트롤성이 좋은 전



용 샤프트는, 고탄성 카본 시트를 버트, 탑에 사용하여 비틀림을 억제하여 비거리 증대와 방향성을 양립시키고 있다. 가격은 90만원.

취재협조:골프프리카 062-368-7800

한문지도사자격 연수생모집

1. 연수일정 (2009년 제 9기)

구분	일정
개강일시	금요일 2009. 9. 4(금) 09:10 토요일 2009. 9. 5(토) 09:10
모집기간	2009. 7. 23(목)~2009. 9. 5(토)
수업기간	2009. 9. 4(금)~2010. 2. 27(토) (6개월/24주)
수강료	₩298,000

모집인원 : 1단계 금요일/토요일 오전, 오후반 선착순 각 20명
수업시간 : 매주 금, 토 오전반 9:10~13:00
수료후 특전
-1,2단계연수과정 이수시 총장 명의 발급 수료증 수여
-한국대학 부설 평생교육원협의회 자격증 취득기회부여(2단계 수료시)
-각 한문학원 감사 추천 및 학원개설 가능 연수과정 중 국가공인 한자급수 취득기회 부여(1급까지)

2. 원서교부 및 접수처

전화: (062)950-3584, 3585
팩스: 011-614-4160
광주은행 0148-107-307803(예금주:광주여대)

광주여자대학교 평생교육원
KWANGJU WOMEN'S UNIVERSITY
http://always kwu ac kr.

아파트 단독 다세대주택 상가 토지

경매취하부동산금매

부동산 감평가 15-50% 할인 때를

아파트·단독·다세대주택·상가·토지

- 경매 취하금 및 대출금 상담 (경매 취하금 또는 대출금 대환)
- 경매취하부동산 매매 상담 (부동산 15-50% 할인 금 매물)
- 각종 부동산 투자 상담 (광주 전남권 부동산 다수)

광주·목포·순천 지점장 및 사원모집

금호부동산컨설턴트

224-5959, 010-2831-1733
광주광역시 동구 충장로 4가 36-3번지

CH 중국문화원 | 광주분원

침구학 아카데미

공개강좌 및 설명회

광주 11기) 8월 7일(금) 14:00-17:00
광주분원 위치: 지하철 화장정 4번출구 추천회관 뒷편

침구학 기본과정

자격: 침구학에 관심있는 분 · 월회비: 9만원(교재포함)
기간: 주1회 매주 금요일 14시~17시, 총 16주(4개월)과정
주요과목: 전통침구학/침뜸기초/부항/경혈경락/비만침법/미용침법/중국수침/한방기초 등

침구학 전문과정

자격: 기본과정 수료생 · 기간: 주1회 1년 과정
주요과목: 중의침구학/장상론/특종침법/중의방약학/중의임상학/경혈학/중의기초학 등
중국 국가자격증 취득가능

활법·운동처방

자격: 관심있는 분 · 기간: 매주 금요일 2시간(3개월)
주요과목: 재활운동처방/활법/정체요법/근육조정술 등
활법사, 운동처방사, 척추교정사 등 민간자격증 발급

전국대표번호: 1544-5359
광주분원: 062)236-3516
www.wchina.co.kr

여자가 만든 더 센놈

강하게 흔들려주니 날은 기분이에요.

살아있는 최최대량 저지방 크레아틴이 함유되어 있어 근육의 회복을 돕고 피로를 줄여줍니다. 또한 근육의 성장을 도와줍니다. (비타민B6, B12, 칼슘, 마그네슘 함유)

저렴한 가격 98,000원 (타이머 30,000원)

요부로 유혹하는 Sok gung hap

이 세상에서 맛을 지루하지 않고는 얻을 수 있는 것이란 아무것도 없답니다. Sok gung hap 으로 아슬아슬한 촉촉한 맛을 찾아 여자에게 가슴을 설레게 하는 환희에 기쁨이 넘쳐나면 합궁시 온갖의 싹새가 솟아내 내 남자의 바람기를 명기로 확실하게 잡습니다. 그래서 여자는 여자하기 나름이라고 하십시오.

상암 02)2677-0231~2
전화 010-5296-4114
글로벌 농협 569-12-034626(배의자)