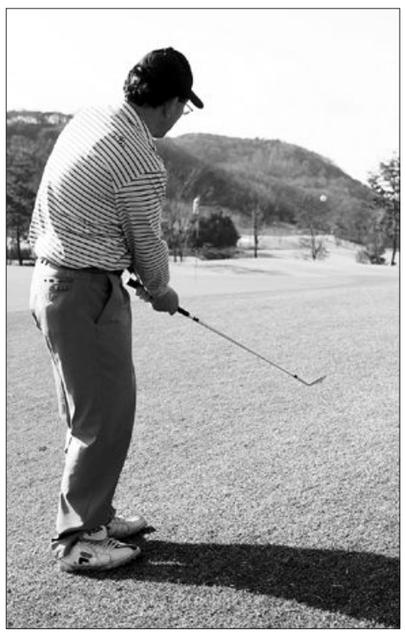
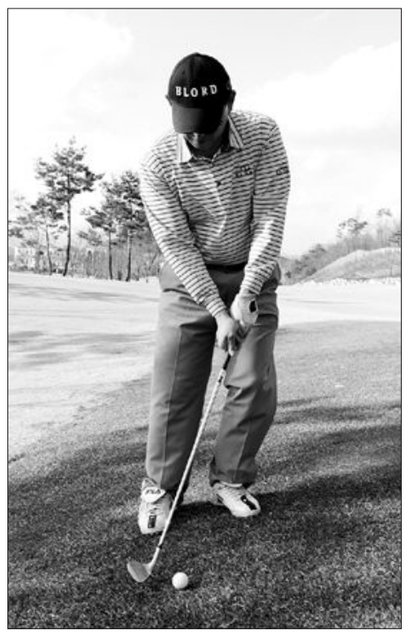
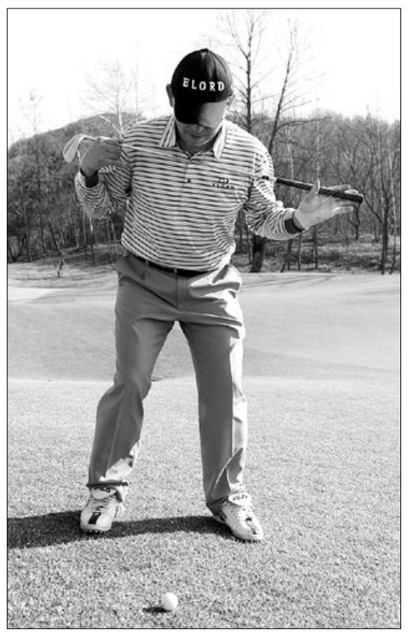
◉볼이 발끝아래 있을때=볼의 위치가 발끝 머리 보다 낮은 곳에 있을 때는 평지에서 보다 볼에 더 가까이 서고 체중을 약간 왼쪽으로 싣는게 좋다.



◉볼이 발끝 위에 있을때=발끝 머리가 오르막을 이룬 경우에는 볼에서 더 떨어져 스탠스를 취하고 볼은 양발의 중앙에 놓고 체중은 왼발쪽에 두는게 좋다.



◉왼발이 오르막에 있을때=업힐에서는 어깨의 선을 경사에 평행이 되도록 맞추어야 한다. 체중은 오른발에 실리게 하고 볼의 위치는 왼발의 끝에 둔다.



◉왼발이 내리막에 있을때=내리막의 경우에 볼의 위치는 오른발의 약간 안쪽에 두고, 체중은 왼발에 실어야 한다.

김진철 교수의 신나는 실전 골프

〈전남과학대 골프·프로캐디학과 교수〉

어깨선 경사 지면과 평행 이뤄야

체중 왼쪽에 실어야 밸런스 잡혀

러프에서 칩샷은 샌드·피칭 웨지

■ 다양한 상황에서의 어프로치 샷

'골프지존' 신지애(22·미래에셋)가 지난 10일부터 7일간 고향에서 샷을 다듬었다. 아버지 신제섭(50)씨와 함께 내려온 신지애는 담양 가산골프랜드에서 어프로치 샷을 집중적으로 연습했다. 신지애가 이곳을 매년 찾는 이유는 롱홀(파 5)에서 3번째 샷을 홀에 붙이는 연습을 하기에 최적의 코스로 생각하고 있기 때문이다.

이날 신지애의 샷은 홀에서 반경 1m 이내에 거의 다 떨어졌다. '역시 신지애구나' 라는 감탄이 저절로 나오게 된다.

9 홀을 두 번 돌고 나온 후 신지애는 "아마추어 골퍼들은 모든 샷의 기본적인 자세를 익힌 후에는 자신에게 맞도록 꾸준히 연습하는게 중요하다"고 강조했다.

이번 주 실전골프는 다양한 상황에서의 어프로치 샷에 대해 알아본다.

#1 사이드힐에서

사이드힐(발끝 머리가 오르막을 이룬 라이나 또는 발끝머리가 내리막을 이룬 라이)에서 어프로치 샷은 풀샷 때와 마찬가지로 볼이 커브를 그린다는 것을 염두에 둬야한다. 기본적으로 볼은 그 놓여진 방향으로 휘어 날아간다는 것이다. 따라서 이를 감안해 샷을 해야 한다.

볼의 위치가 발끝 머리 보다 낮은 곳에 있을 때 스윙은 필연적으로 수직형이 되며 볼에는 오른쪽으로 커브하는 사이드 스핀이 걸려 오른쪽으로 휘어지는 슬라이스가 된다. 이런 경우에는 평지에서 보다 볼에 더 가까이 서고 체중을 약간 왼쪽으로 싣는게 좋다. 이러한 자세가 바로 밸런스가 잡힌 어드레스가 되는 것이다. 그리고 허리는 약간 깊게 굽히면서 목표의 왼쪽을 겨냥하는 자세를 취한다.

만약에 볼의 위치가 발끝 보다 크게 낮을 경우에는 클럽의 그립 끝에 왼손이 놓일 정도로 길게 잡는다. 이런 경우 스윙의 범위가 커지기 때문에 그만큼 거리가 난다는 것을 계산해야 한다.

발끝 머리가 오르막을 이룬 경우에는 스윙이 플래트해진다. 즉 볼이 왼쪽으로 휘어지게 되는 것이다. 이 상황에서는 볼에서 더 떨어져 스탠스를 취하고 볼의 위치는 보통 때보다 중앙으로 가까이 놓여지게 된다. 체중을 왼발쪽에 두는 것은 발끝 내리막을 이룬 경우와 같지만 이번에는 발끝에도 체중이 실리도록 해야된다. 이렇게 해야 밸런스가 잡힌다.

클럽을 짧게 쥐고 경사에 따라 스윙을 한다. 목표의 약간 오른쪽을 향하는 것도 잊지말아야 한다. 또 하나 중요한 것은 클럽을 짧게 쥐었기 때문에 자연히 스윙 범위가 작아지는데 즉 거리가 짧아지기에 자신의 감각보다는 조금더 강하게 클럽을 휘둘러야 한다는 것이다. 그리고 심하게 경사진 오르막을 이뤘을 땐 완전히 목표의 오른쪽을 향해도 무관하다.

특히 로프트가 있는 클럽, 예를 들어 샌드 웨지나 피칭 웨지 그리고 9번아이언 등은 볼이 왼쪽으로 가는 빈도가 많다는 사실을 염두에 둬야 한다. 플래트한 스윙이라면 볼은 왼쪽으로 날아간다. 따라서 오른쪽을 향해야 한다는 것을 잊지말아야 할 것이다.

#2 오르막과 내리막에서

업힐(왼발쪽이 오르막을 이루었을 때)과 다운힐(오른발쪽이 오르막을 이루었을 때) 라이에서의 어프로치 샷은 클럽의 선택과 몸 위치가 매우 중요하다. 업힐에서는 지면의 각도가 많기 때문에 어드레스방법은 어깨의 선을 경사에 평행이 되도록 맞추어야 한다. 당연히 체중은 오른발에 실리게 되고 볼의 위치는 왼발의 끝에 가까이 한다. 이러한 자세에서 클럽을 경사에 따라 휘둘러 내 보낼 수가 있게 된다.

내리막의 경우에는 업힐 라이와는 반대가 되는데 경사의 각도가 클럽의 로프트를 적게해 준다는 것에 유의해야 할 것이다.

피칭 웨지나 샌드 웨지와 같이 로프트가 많은 클럽을 사용한다. 볼의 위치는 오른발의 약간 안쪽에 두도록 한다. 또한 체중은 왼발에 둬야 한다. 양어깨의 선을 지면과 평행이 되도록 하는데 그 이유는 경사면에 대해 부드러운 스윙이 되도록 하기 위해서이다. 이때의 샷은 보통 때와 달리 볼이 많이 굴러가게 된다. 따라서 이러한 점도 감안해 샷을 해야한다.

#3 러프에서 굴리는 칩샷

러프에서의 칩샷은 샌드 웨지나 피칭 웨지를 사용하는게 좋다. 샷하는 방법은 벙커 샷때와 같게 한다. 즉 볼 뒤의 러프를 때린다는 것이다. 볼은 스탠스의 중앙에 위치하게 하고 몸과 클럽·페이스의 방향은 오픈이 되도록 한다. 또한 테이크 백은 마음껏 클럽 헤드를 위로 올리도록 한다. 오른손의 코킹을 사용하듯이 하는데 이것은 테이크 백 할때 클럽 헤드가 러프에 물리지 않도록 하기 위해서이다.

그리고 왼손의 중지와 약지 그리고 새끼손가락으로 그립을 단단히 쥐고 열린 클럽 페이스를 그대로 유지한 채 클럽 헤드를 볼 밑으로 넣는 기분으로 샷 한다. 즉 벙커 샷과 비슷한 것이다. 러프부터 때렸을 때 볼이 많이 굴러간다는 점도 유의해야 한다.

/서승원기자 swseo@kwangju.co.kr

/사진=최현배기자 choi@kwangju.co.kr

시추에이션 골프 룰

퍼팅한 볼 깃대 맞고 홀인 2벌타

깃대 잡은 캐디 발 맞아도 2벌타

Q : 상당한 거리를 남겨둔 퍼팅이라 깃대를 꽂아둔 채 퍼팅을 했는데 볼이 깃대에 맞고 그대로 홀인 되었을 때.

A : 퍼팅 그린 위에서 스트로크 한 볼이 퍼팅 그린의 안과 밖을 불문하고 깃대에 맞은 경우에는 2패널틸를 부과하고 볼이 멈춘 곳에서 플레이를 계속 한다.

Q : 동반 경기자가 퍼팅한 볼이 경사를 타고 홀을 지나 계속 굴러 가고 있다. 그 곳에는 뽑아 놓은 깃대가 있어 볼에 맞지않도록 다른 곳으로 치워주었을 때.

A : 개정된 규칙에 따라 볼이 움직이고 있을 때에 누구든지 움직일 수가 있다.

Q : 퍼팅 그린 위에서 퍼트한 볼이 멈추어 있는 동반경기자의 인플레이 볼에 맞았을 때.

A : 이 경우에는 2패널티를 부과하고 볼이 멈춘 곳에서 플레이를 계속한다. 맞은 볼은 패널티 없이 원래의 위치에 리플레이스 한다.

Q : 퍼트한 볼이 깃대 시중을 들고 있던 캐디의 발에 맞았을 때.

A : 퍼팅 그린 위에서 스트로크한 볼이 제거되거나, 집어 올려지거나, 홀에 꽂혀있는 깃대 또는 사람·휴대품에 맞은 경우에는 2패널티를 부과한다. 그리고 볼이 멈춘 곳에서 플레이를 계속 한다.

Q : 홀에서 조금 떨어져 있던 볼이 갑자기 불어온 바람으로 인하여 홀인하였을때.

A : 바람과 물은 국외자가 아니므로 볼이 멈춘 곳에서 플레이를 계속 해야하므로 위와 같은 상황의 경우 그대로 홀아웃이 인정된다. 반대로 바람에 의하여 볼이 홀에서 멀어진 경우도 마찬가지로 볼이 멈춘 곳에서 플레이를 계속해야 한다.

Q : 거의 같은 거리를 남겨두고서 서로 자신의 순서라 생각하고 퍼트를 하여 두 볼이 부딪혔을 때.

A : 퍼팅 그린 위에서 스트로크 되어 움직이고 있는 볼이 움직이고 있는 다른 볼과 부딪힌 경우에는 패널티 없이 두사람 모두 그 스트로크는 취소하고 원래의 위치에 리플레이스 한다.

금주의 골프용품

어떤 라이에서도 안정된 롱 샷

유틸리티 306

일반 아마추어들에겐 조금 어려울 수도 있지만, 프로나 상급자들에게는 치기 쉽게 느껴질 수 있는 포틴의 유틸리티 모델이다.

컴팩트한 헤드디자인으로 치기 쉬울 뿐만 아니라 어떤 라이에서도 안정된 롱 샷이 가능하다.

초급자들에게 도움을 주는 유틸리티 클럽과 달리, 상급자들의 롱 아이언 대신으로 사용될 수 있도록 제작 됐다.

그린을 직접 공략하는 샷이 많기 때문에 공이 멈추지 않는다면 비거리는 의미를 상실하게 되므로 그린에서도 제대로 공을 세울 수 있게 하기 위한 FP 수치를 기술적으로 조합했다.

디자인은 거칠어도 사용하기 쉽게 하기 위해서 잔디에 걸리지 않게 구두창 형상이다.

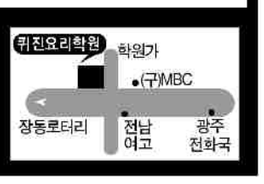
/취재협조:골프프라자 062-368-7800

(계좌제·재직자)
국비교육생모집
JS퀴진 노동부지정 국비 훈련기관 — 요리학원
·●● 방문상담 대 환영 합니다! ●●·

훈련 종류	훈련과정	훈련대상
계좌제	◦ 한식과정 ◦ 일식과정	주부, 실업자 미취업자 대학졸업 예정자
재직자	◦ 한식과정 ◦ 양식과정 ◦ 일식과정 ◦ 중식과정 ◦ 제과·제빵과정	고용보험 가입 재직자 (정규직·비정규직)

* 계좌제과정은 광주고용센터(609-8500)에서 카드발급 신청을 해야 합니다.

◎ 상담전화 ◎
226-5500



최고급 전원주택매매
(최고급 건축자재 사용)
◉위 치◉
화순읍 전대병원만년산부근
광주에서 10분 거리 8차선도로 확장공사중
도보로 전대병원 편의시설 이용가능
만연산, 무등산 자락에 위치하여 등산, 산책로 이용이 편리하고 공기좋고 편안한 전원생활 최적지 입니다. 황토 흙벽돌 100톤 사용하고 습도조절, 온도조절이 뛰어나며 수면후 만성피로 회복 아주 좋고 주인이 직영으로 건강을 생각하여 정성들여 짓은 집입니다.
(의사, 변호사, 교수, 퇴직자 최적합)
매매가 : 6억 8천만원 (조정가능)
• 대지 : 250평 • 건평 : 73평
* 지하 1층, 지상 2층(복층)
* 주차 고급 자동문 시설 차량 2대 가능
* 최신 cctv 8대 설치
* 방 4개/욕실 3개
• 난방시설 : 심야전기
• 조경 : 잔디, 소나무
• 건축 준공 : 2009년 10월 30일
• 건축 구조 : 철근 콘크리트, 고야 슬라브, 한옥 전통기와
• 외부 구조 최고급 수입 대리석 시공
• 실내인테리어
흙황토 벽돌, 흙황토 바닥
편백나무, 소나무 미송
* 2층 방가루 테라스 12평
(편백나무, 스기목 시공)
◉주인직거래◉
꼭하실분만전화요망
☎011-634-4114

금산공인중개사
T.681-5666 H.011-601-5354
(서광주역 건너 순환도로변)
상무신도심 상업용지 (C1지역) 매매
■위치:상무병원, 롯데마트 건너편, 삼성화재빌딩옆(4면 광로변)
■대지면적:약 2,850㎡ (180평 분할가능)
■3.3㎡당 매매가:1,300만원
■공동 복합 APT 주택가능 (최근 도시계획 변경)
※ 종합병원/상가/오피스/유흥가능
주유소부지 급매
■위치:전남 강진군 칠량면 칠량농공단지 앞
■면적:대지 1400㎡, 도로점유 910㎡
■특징
-주유건축시설 허가 득
-도로점용 허가 득
-마량에서 광주상행선 첫주유소부지
-2010년 9월 완공 칠량농공단지앞 유일주유소
■매매가 : 1억 7천만원
창고부지 (서광주역 2순환도로옆)
■창고부지 약 2600㎡(창고 490㎡) 대지 약 950㎡
■매매가:22억(조정가)
■대지,창고 분할 매매가능
■물류,창고부지로 최적지

부동산매각공고
◆ 대상부동산

위 치	여수시 중앙동
면 적	4,077㎡(1,233평)
용도지역	상업지역
이용현황	나대지
개발용도	의료시설, 휴양시설, 관광호텔..
도 로	4차선대로 접
매각가격	57억

◆ 특 장점
• 2012년 여수세계박람회 개최지 인근.
• 바다조망(돌산대교 등)이 가능한 해안가 도로변에 위치.
• 본 부지 주변 개발호재(엑스포)로 투자가치 및 의료시설 등 개발 최적 입지!!!
• 파격적인 急賣 價格!!!
문의 : 016-757-7700

국/비/지/원
전기소방
자격취득 종목 전기(산업)기사,전기공사(산업)기사,전기기능사 소방설비(산업)기사(전기·기계분야)
❖ 실업자 및 계좌제
- 대상 : 실업자 야간대생 등 - 개강 : 3월 2일
- 현재 접수 中, 선착순 00명
6개월, 주 5일, 1일 4시간(오전반, 야간반)
※ 본원 방문하여 상담접수 바람
❖ 직장인 과정(국비 100% 환급)
❖ 산재장애인(무료)훈련수당 지급
❖ 특전- 병원,호텔, 빌딩, 아파트 등 전기관리직 및 전기 전문 업체 취업보장
병역특례 군 미필자, 군면제를 받는 병역특례 업체 / 취업알선(입영연기100%)
문의 ☎ 374-2404, 373-1959
건설전기기계학원