



Zo haal je alles uit je baanboekje: 4 tips

Handig, zo'n baanboekje met daarin een plattegrond van elke hole - zeker als je de baan niet kent. Maar gek genoeg maakt lang niet elke golfer optimaal gebruik van zo'n gidsje. Zonde, maar hoe moet het dan wél? Hoe maak je er optimaal gebruik van? We vroegen het aan de pro die het maken van baanboekjes tot kunst heeft verheven: Mette Hageman. Zij gaf ons een hoop tips om alles uit het baanboekje te halen, waarvan we er deze week vier - om het overzichtelijk te houden - met jullie delen.

Geschreven door Kim Chang



Zo haal je alles uit je baanboekje: 4 tips

Handig, zo'n baanboekje met daarin een plattegrond van elke hole – zeker als je de baan niet kent. Maar gek genoeg maakt lang niet elke golfer optimaal gebruik van zo'n gidsje. Zonde, maar hoe moet het dan wél? Vier tips om alles uit je baanboekje te halen. 'Het is zoveel meer dan alleen die plattegrond.'

Het is meestal het eerste wat ik doe als ik mij voorbereid op een (serieuze) ronde op een baan die ik niet ken, of waar ik lang niet meer ben geweest: ik bel de caddiemaster of de shop en bestel een baanboekje. Handig, zo'n boekje waarin elke hole en alle hindernissen geïllustreerd zijn en waar vaak op elke pagina ook nog eens wat strategische tips bij staan: "Blijf links van de waterhindernis"/"Vanaf de



rechterkant van de fairway heeft u goed zicht op de green”/ “Zorg dat u uit de buurt van de graskuil links voor de green blijft” – dat werk.



Hoe nuttig die boekjes ook zijn, toch merk ik in de praktijk dat ik er lang niet alles uithaal. Sterker: op de eerste paar holes haal ik elke keer braaf dat boekje tevoorschijn, om dat in de loop van de ronde toch te laten versloffen. Ik vergeet te kijken, of denk dat ik het zonder boekje ook wel kan, om aan het eind van de ronde te constateren dat ik zeker vier à vijf keer aan de verkeerde kant van de fairway lag, net niet lekker uitkwam bij mijn approach naar de green, dan wel te lang of te kort was. Volgende keer écht even opschrijven dat ik op die-en-die hole de driver in de tas laat/een ijzer 7 in plaats van 8 sla/zorg dat ik niet te kort ben naar de green, denk ik dan. Maar ook dat vergeet ik dan vaak – niet in de laatste plaats omdat er in die boekjes vaak geen ruimte is om aantekeningen te maken en het toch een beetje een gedoe is tijdens het golfen.

Volgens golfprofessional Mette Hageman ben ik zeker niet de enige golfer die een hoop kansen laat liggen door ‘slordig’ met zo’n baanboekje om te gaan. Al is ze zelf niet zo’n fan van die standaard boekjes die golfbanen verkopen. Liever maakt ze ze zelf, en ze raadt elke golfer aan om dat ook te doen. “Het kost wat tijd, maar als je het vaker hebt gedaan, krijg je er handigheid in en gaat het sneller. Het grootste voordeel van zelf tekenen is dat het echt een baanboekje op maat is voor jou, en niet voor de gemiddelde golfer. En door de holes zelf uit te tekenen leer je ze beter kennen en onthoud je ze ook beter.

Dat geeft je zelfvertrouwen. Daarmee is zo’n boekje zoveel meer dan alleen een plattegrond.”

De baan op je duimpje kennen en daardoor met meer vertrouwen spelen, en dat allemaal dankzij een baanboekje? 4 Tips om een baanboekje optimaal naar je hand te zetten.

- 1. Maak het baanboekje zelf.** Beetje tijdrovend, maar hoe meer ervaring je daarin opdoet, hoe sneller en beter het gaat. En op deze manier onthoud je de hole met al z'n eigenaardheden ook beter. Teken elke hole, de hindernissen, de green, de tee en de afstanden tot hindernissen en green. Op Google Earth kun je holes opzoeken en via de meet-tool opmeten. Als je in de baan zelf loopt, kun je veel afstanden met een laser bepalen, of door ouderwets uit te stappen (maar dan moet je wel weten hoe groot je stappen zijn).
- 2. Ken je eigen afstanden.** Een baanboekje is geen baanboekje als je niet weet hoe ver je met elke club slaat en dus ook niet weet welke clubkeuzes je in je boekje moet schrijven. Je afstanden leer je niet kennen op de drivingrange, maar in de baan, waar je met je eigen ballen speelt. Maak er een gewoonte van telkens te kijken waar je pitchmark ligt, te meten hoeveel rol je bal had en dit op te schrijven. Door deze 'slagadministratie' goed bij te houden, weet je precies wat je afstanden zijn, of het nu zomer, winter, lente, mooi of slecht weer, winderig of windstil is. Die kennis is goed voor je zelfvertrouwen.
- 3. Teken in elke hole de driving zone en green zone.** De driving zone is het gebied waar je drive bij voorkeur terecht moet komen; de green zone is de gunstigste kant van de green, afhankelijk van de pinpositie.
- 4. Teken in elke hole je ideale speellijnen,** aan de hand van je driving zones en green zones. Aan de hand daarvan bepaal je per hole je mikpunten. Wees je daarbij bewust van hoe de tee gericht staat. Vaak staat de damestee scheef ten opzichte van de fairway. Kies ook altijd de juiste kant van de tee, in plaats van altijd in het midden op te teeën: je hoort de bal op te teeën aan de kant waar je niet naar toe wil. Met zo'n speellijn creëer je ruimte om naar je driving zone te spelen.