



## Golf tekee hyvää jokaiselle

Golf herättää tunteita. Se on kuitenkin paljon muutakin kuin vain koukuttava peli. Golf on tehokas tapa ylläpitää fyysistä ja henkistä hyvinvointia. Kentällä vietetty aika edistää kestävyyttä ja keskittymiskykyä, samalla kun luonnonläheinen ympäristö auttaa alentamaan stressitasoa. Golf tarjoaa ainutlaatuisen tilaisuuden vahvistaa sosiaalisia suhteita ja siitä saa jopa elinikäisen harrastuksen, joka pitää tutkitusti ihmisen aktiivisena.

Joko olet päättänyt mihin seuraan liityt jäseneksi tai miettinyt pelipakettia?

Ensimmäinen askel aktiivisempaan harrastamiseen Green Cardin suorittamisen jälkeen on liittyminen johonkin Golfliiton jäseneseen. Jokaiselle löytyy tarpeisiin, ajankäyttöön ja talouteen sopiva pelaamisen tapa.

Golfseuran jäsenenä [saat monien muiden etujen ohella](#) Pohjola Vakuutuksen kattavat tapaturma- ja vastuuvakuutukset sekä [Golflehden](#). Lisäksi [eBirdie](#)-sovelluksesta löydät kaiken golfarin tarvitseman tiedon tasoituksesta, säännöistä ja jäseneduista - nyt myös Golflehti luettavissa siellä!

[TUTUSTU KENTTIIN](#)

[#muntapapelata](#)

## Mitä golfkentällä tapahtuu

Voiko sinne noin vain mennä, kysyy moni, joka ei ole golfkentällä koskaan käynyt. Kyllä voi, kuuluu vastaus. Golfkentälle on kuka tahansa on tervetullut. Näin varsinkin Suomessa. Kun golfkentälle on kerran löytänyt, sinne on sen jälkeen jälkeen helpompi tulla. Ja entisestään helpottuu, kun tietää, mitä kaikkea golfyhteisössä tapahtuu.

[LUE KOKO ARTIKKELI](#)

## Aloittajan opas auttaa alkuun

Oppaaseen on koottu ohjeita ja käytännön vinkkejä esimerkiksi golfsanastoon, välineiden valitsemiseen ja tasoitukseen. Mukana on useita kiinnostavia tarinoita siitä, mikä golfissa kiehtoo ja koukuttaa.

[TUTUSTU OPPAASEEN](#)



Tiesitkö, että 18 reiän kierros golfia tarkoittaa kävellen keskimäärin 14 000:ää askelta? Sydämen syke golfkierroksen aikana on keskimäärin 104 lyöntiä minuutissa, mikä kohottaa peruskuntoa. Kaloreita kuluu samalla parituhatta.



## Mikä on sun #muntapapelata?

Suomessa on yli 160 000 golfin harrastajaa, ja tapoja pelata golfia on tasan yhtä monta. Golf on laji, joka sopii jokaiselle. Siinä voi haastaa itsensä, ottaa leppoisemmin sosiaalisen tapahtumana ja paljon muuta. Tutustu, miten golfkärpänen on puraissut eri pelaajia, mikä on tubettaja Mikael Sundbergin

tavoite kentällä tai vaikka miten onnistuu golf koiran kanssa. Videolla kuulovammaisen golfari David avaa omaa tapaansa pelata.

## [LISÄÄ TARINOITA](#)

### Kummin kanssa kentälle

Kun kentällä toimiminen mietityttää, on golfkummi aloittajan tukena. Useat seurat tarjoavat kummitoimintaa pelikaveriksi!

[LUE LISÄÄ](#)



### Monta tapaa harrastaa

Harrastuksen alussa kannattaa perehtyä eri mahdollisuuksiin pelata. Yksittäinen green fee, sarjakortit, pelioikeus, osakkuus... Löydä itselle ja omiin pelimääriin sopiva paketti.

[LUE ERI PELITAVOISTA](#)



### Mikäs se fore-huuto olikaan...

Turvallisuus golfkentällä on ensiarvoisen tärkeää. Kertaa sääntöjä ja tutustu hyödyllisiin vinkkeihin helposti Golfliiton Youtube-kanavalla!

[KATSO TÄSTÄ](#)



Tiedolla johtaminen päätöstemme tukena



Päätöksentekemme on avointa



Puhdas, reilu ja rehellinen



Lisäämme hyvinvointia



#muntapapelata -golf sopii jokaiselle



Turvallinen ja monimuotoinen



Edistämme ympäristövastuullisuutta



Mittaamme hiilijalanjälkeämme

SUOMEN GOLFLIITTO

---



Valimotie 10  
00380 Helsinki  
nimi.sukunimi@golf.fi

---



POWERED BY 