

MASTER

magazine kevät 2024

Master Golf Academy

**Pro tipset
lähipelitaiteiden
kehittämiseen**

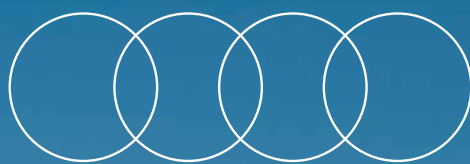
Master Golf

**– suunnannäyttäjät
suomalaisessa golfissa**

Lifetime Master

**Golfia kolmen
sukupolven
ajan Masterissa**

Näin pelaamme Masterissa – Kapteenien muistilista tulevaan kauteen Masterin harjoitusalue – yksi Suomen parhaista Master Moment – Heli Palva Alkuverryttelyllä kohti nautinnollisempaa pelaamista ja parempaa tulosta Master Golf Academyn opetustarjonta kesäkaudella 2024 Kilpailukalenteri 2024 Aktiivinen seuratoiminta kesäkaudella Master Golf somessa Valvojat ovat kentällä pelaajia varten Suosittu buffetlounas tarjolla Bodomin Kartanolla myös viikonloppuisin!



Q6/5

Asteikon rikkovaa edistystä.



Täysin uusi Audi Q6 e-tron quattro

alkaen 78 590 €

Latausteho jopa 270 kW | Toimintamatka jopa 614 km* | Uudistunut sisätilakonsepti
Malliston muita kohokohtia mm. Kustomoitavat ajovalot | 3D-ääni ja päänojan kaiuttimet
Matkustajan 10,9" näyttö | AR HUD -tuulilasinäyttö | Katso kaikki varusteet ja varustepaketit [audi.fi](https://www.audi.fi)

Audi Q6 e-tron quattro alk. 78 590 €, hinta CO₂-päästöllä 0 g/km. Malliston yhdistetty EU-kulutus 17,3 kWh/100 km (WLTP). Suositusvähittäishinnasto 5.4.2024 (WLTP).
*Ajoneuvon kulutus ja toimintamatka on määritelty maailmanlaajuisesti yhtenäistetyn testimenetelmän (WLTP) mukaisesti. Ilmoitettu WLTP-kulutus ja -toimintamatka saattavat vaihdella olennaisestikin riippuen mm. kuljettajan ajotavasta, akkukapasiteetista, lataamisen säännöllisyydestä, sähkövarusteiden käytöstä, mahdollisen lisälämmittimen käytöstä, ulkolämpötilasta, sääolosuhteista, matkustajien ja kuorman määrästä, valitusta ajoprofilista tai tieprofilista. Kuvan auto erikoisvarustein. Hinta sisältää toimituskulut 600 €. Maahantuoja K Auto Oy.

KAuto



Pääkirjoitus

Arvoisat golfarit,

KEVÄT on vihdoin saapunut ja golfkausi pääsee kohta alkuun! Kenttien kunnosta on pidetty talvella hyvää huolta. Masterin viheriöt avattiin jääkerroksen alta ensimmäisen kerran jo ennen vuodenvaihdetta. Forestilla lumitilanne on taas pitänyt kentän vahvan lumipeitteen alla ja näin ollen nurmi on saanut talvehtia rauhassa. Toivotaan, että kenttien kunto on lopulta hyvä talven jäljiltä ja odotamme innolla sitä hetkeä, kun pelaajat täyttävät Masterin kentät jälleen.

KENTTIEN kunnan tarkkailu talvis-aikaan sekä pelaajien osalta oman kunnan seuranta ovat yhtä tärkeitä asioita. Toivottavasti jokainen on jaksanut pitää omasta kunnostaan huolta talven aikana ja on valmis ottamaan kaiken irti uudesta golfkaudesta. Vieläkään ei ole myöhäistä aloittaa lihaskuntoharjoittelua ja venyttelyä.

VASTUULLISUUS on meille tärkeä arvo, ja olemme panostaneet entistä enemmän ympäristöystävällisiin ratkaisuihin. Vähennämme vedenkulutusta ja kierrätämme jätteitä tehokkaasti. Muistattehan myös vastuullisuuden tärkeyden kentällä liikkeussanne - pidetään yhdessä huolta kentistä ja noudatetaan annettuja ohjeita ja huomioidaan kanssapelaajat.

RAVINTOLAPALVELUJA on myös uudistettu tälle kaudelle ja tarjolla on herkullisia annoksia niin pieneen kuin isompaankin nälkään. Monipuolinen buffetpöytä on tarjolla jatkossa päivittäin, joten nyt voi tulla nauttimaan lounasta tutussa ympäristössä. Uudistetulla á la carte -listalla on tarjolla golfareiden keustosuosikkeja kuin myös uusia tuttavuuksia. Kioskit palvelevat pelaajia totuttuun tapaan molemmilla kentillä, tarkistathan aukioloajat ennen pelaamaan lähtemistä.

KARTANON ympäristössä on alkukaudesta rakennustyömaa käynnissä, kun pihapiiriin rakennetaan yhtiön golfautoille uudet säilytyspaikat sekä asianmukaiset pesupaikat. Autot säilytetään jatkossa rakennuksen sisällä, jossa ne myös ladataan. Työmaasta aiheutuu alueelle hieman ylimääräistä liikennettä, huomioikaa se alueella liikkeussanne.

TOIVOTAN kaikille pelaajille antoisaa ja onnistunutta golfkautta! Muistetaan nauttia pelistä, hyvästä seurasta ja upeasta luonnosta.

***”Vastuullisuus on
meille tärkeä arvo, ja
olemme panostaneet
entistä enemmän
ympäristöystävällisiin
ratkaisuihin.”***

Tervetuloa nauttimaan golfista!

Golfterveisin,

Jaska Tuominen
Toimitusjohtaja

MASTER

TOIMITUSKUNTA

Tytti Stranding, päätoimittaja
tytti.stranding@gmail.com

Julia Kettinen, päätoimittaja
julia@kettinen.fi

Anne Balk
anne.balk@mastergolf.fi

Mirja Hellström
mirja.hellstrom@mastergolf.fi

Jaakko Tuominen
jaakko.tuominen@mastergolf.fi

MASTER GOLF COURSE OY

Pekka Mattila, hallituksen puheenjohtaja
pekka.a.a.mattila@kolumbus.fi

Jaakko Tuominen, toimitusjohtaja
jaakko.tuominen@mastergolf.fi

MASTER GOLF CLUB RY

Mikko Eskelinen, johtokunnan pj.
mikko.eskelinen@apprix.fi

Jaakko Tuominen, toiminnanjohtaja
jaakko.tuominen@mastergolf.fi

Antti Ojala, kapteeni, varapj.
aekojala@gmail.com

Junioritoimikunta

Julia Kettinen
julia@kettinen.fi

Naistoimikunta

Tytti Stranding
tytti.stranding@gmail.com

Senioritoimikunta

Johan Bergström
johan.bergstrom@elisanet.fi

Kilpailutoimikunta

Juha Lilja
juha510@hotmail.com

Sääntö- ja tasoitustoimikunta

Antti Ojala
aekojala@gmail.com

Sihteeri

Mirja Hellström
mirja.hellstrom@mastergolf.fi

MASTER ACADEMY PROT

Julia Kettinen 0500 411 601
Stenna Westerlund 040 552 0209
Pasi Purhonen 0400 736 748

JULKAISIJA

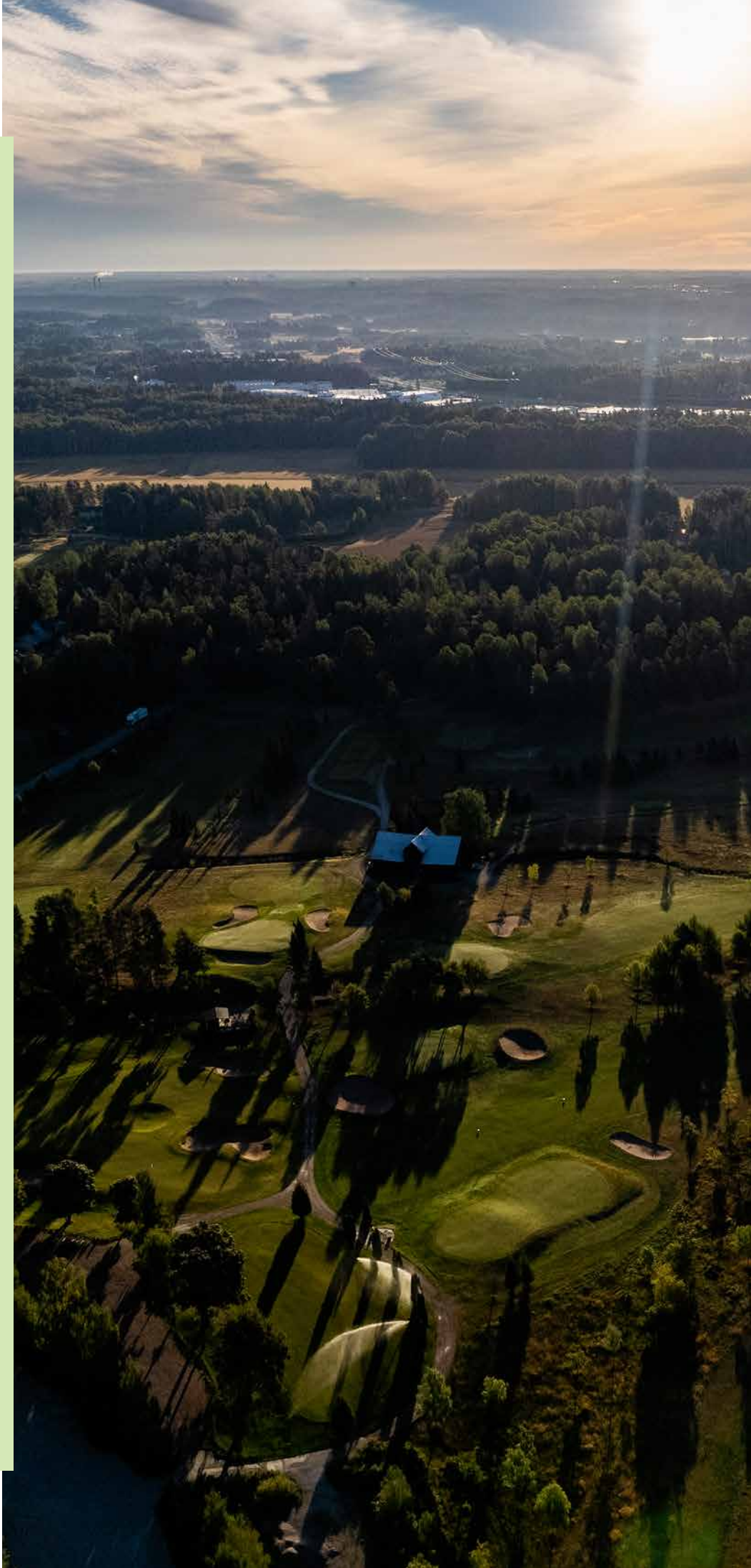
**Master Golf Course Oy ja
Master Golf Club ry**

Bodominkuja 7, 02940 Espoo
puh. 09 849 2300
mastergolf@mastergolf.fi
www.mastergolf.fi

Paino: PunaMusta
Painosmäärä: 1 200



ClimateCalc CC-000025/FI
PunaMusta Printing



sisältö

06

Näin pelaamme Masterissa
– Kapteenien muistilista
tulevaan kauteen

10

MASTERIN HARJOITUSALUE
– yksi Suomen parhaista

12

Master Golf Academy
– Pro tipset
lähipelitaitojen
kehittämiseen

18

MASTER MOMENT
– Heli Palva

20

GOLF & TERVEYS
– Alkuverryttelyllä kohti
nautinnollisempaa pelaamista
ja parempaa tulosta

22

MASTER GOLF ACADEMY
Master Golf Academyn
opetustarjonta kesäkaudella 2024

24

MASTER GOLFIN
kilpailukalenteri 2024

26

AKTIIVISTA SEURATOIMINTAA
– Master Golfin aktiivinen
seuratoiminta kesäkaudella 2024

27

Master Golf somessa
– Pysy kärryillä, mitä
Masterissa tapahtuu!

30

Suosittu buffetlounas
tarjolla Bodomin Kartanolla
myös viikonloppuisin!



08

Master Golf
– suunnannäyttäjä
suomalaisessa
golfissa

15

Lifetime Master
– Golfia kolmen
sukupolven ajan
Masterissa



28

Master Golf
– Valvojat ovat
kentällä pelaajia
varten





*”Nauti ja hymyile,
kesä on golfarin parasta
aikaa.”*

Näin pelaamme Masterissa

Kapteenien muistilista tulevaan kauteen

Teksti: Tytti Stranding ja Julia Kettinen

Kauan odotettu uusi golfkausi on viimein koittanut ja innokkaat pelaajat palaavat viheriöille pitkän talven jälkeen. Näin kauden alussa on hyvä palauttaa mieleen, miten jokainen pelaaja voi omalla toiminnallaan edistää sujuvaa ja turvallista peliä, sekä pitää kentän hyvässä kunnossa. Masterilaisten muistia virkistävät Masterin kapteeni Antti Ojala ja ladykapteeni Tytti Stranding.



Pelinopeuden ylläpitäminen: valmistautuminen on avainasemassa

Pelin sujuvuus ei ainoastaan nopeuta kierrosta, vaan tekee pelaamisesta kaikille miellyttävää. ”Mene suoraan omalle pallollesi ja valmistaudu lyöntiisi. Turvallinen liikkuminen golfkentällä ei edellytä ryhmänä kulkemista pallolta toiselle. Ripeä pelaaminen ei myöskään tarkoita juoksemista tai hätäilyä, vaan valmiutta omaan suoritukseen”, Ojala kiteyttää.

Tärkeää on myös antaa jokaiselle lyöntirauha, jolloin samanaikaisesti ei lyödä tai svingailla. Huomioithan, että voit kuitenkin rauhallisesti liuskella ja valmistautua omaan lyöntivuoroosi kanssapelaajia häiritsemättä pelitilanteiden aikana. Tiillä, väylällä ja greenillä, valmiina oleva lyö aina ensin. On kuitenkin hyvä muistaa, että lyhyempilyöntinen voi lyödä myös ensin, jos etäisyys edellä pelaavaan ryhmään ei riitä pitkälyöntiselle pelaajalle.

Opettele omat rutiinit, mutta pidä ne tiiviinä, jolloin tarvetta ei ole useammalle harjoitusvingille. Golfin sääntöjen mukaan, kun on pelaajan vuoro pelata, on suositeltavaa, ettei hän käytä lyöntiinsä enempää kuin 40 sekuntia ja tavallisesti vielä vähemmän.

Pelin sujuvuuden kannalta on tärkeä olla tietoinen, kuinka takana tuleva ja edessä menevä ryhmä etenee. Golfkentillä ei ole erityisiä ohituspaikkoja, vaan ohitus voi tapahtua millä tahansa väylällä tai väylien välillä, sekä tiaspaikalla. Ohituksessa tärkeintä on turvallinen toteutus ja ripeys, joka ei viivästytä peliä muutamaa minuuttia kauempaa ja samalla varmistaen hyvän tunnelman kaikilla osapuolilla. "Anna tilaa tarvittaessa ja mieti valmiiksi sopivia paikkoja päästä ohi, mikäli takana tuleva ryhmä pelaa ripeämmin. Esimerkiksi par 3 -väylät ovat mainioita paikkoja ohittaa, kun väistät greenin sivuun. Hyvä on myös muistaa, että ohittaja ei ole vihollinen ja tilaa antava on kentän paras ryhmä", Ojala toteaa.

Kentän kunnan ylläpitäminen on jokaisen vastuulla

Kentän kunnosta huolehtiminen on osa golfetikettiä, joka vaikuttaa suoraan jokaisen pelaajan pelikokemukseen. Divotti eli lyöntijälki on parhaimmillaan merkki onnistuneesta lyönnistä, mutta paikkaamattomana epäkunnioittavaa kenttää ja muita pelaajia kohtaan. "Mieti ennakkoon, minkälaista lyönti olet lyömässä, onko tarkoituksena, että lyönnistä lähtee divotti? Ennakoimalla olet jo valmistautunut paikkaamaan mahdollisen divottisi", muistuttaa Ojala.

Pallon alastulojälkiä voi välillä olla haastavaa nähdä. "Kulje greenille pallon lentosuunnasta, silloin alastulojälki on helpompi löytää ja paikata", Stranding kehottaa. Älä unohda tarkistaa alastulojälkeä, vaikka pallo olisi rullannut pois greeniltä. Jos pallo laskeutuu greenille, se voi silti jättää paikkausta vaativan jäljen. Ennen pelaamaan lähtemistä on myös hyvä tunnistaa keli, jolloin kenttä on märkä ja pehmeä. Tällöin alastulojäljet ovat isoja ja myös helppo havaita.

Golfautojen käyttö: sujuvuutta ja suunnitelmallisuutta

Golfautojen oikeaoppisella käytöllä nopeutetaan peliä ja pidentään kenttä hyvässä kunnossa. Ojala korostaa suunnitelmallisuuden tärkeyttä: "Mieti reittiä etukäteen ennen kuin lähdet tiiltä liikkeelle, erityisesti silloin, kun autossa on kaksi henkilöä. Näin välttytään tarpeettomalta edestakaisin ajamiselta ja peli sujuvoituu." Auton keula on myös hyvä suunnata oikeaan suuntaan.

"Kuten kävellessä, myös ajaessa voi miettiä jo seuraavaa lyöntiä sekä mailaa", Stranding toteaa. Hän myös muistuttaa, että golfautoa tulisi käyttää harkiten: "Älä oleta, että autolla ohitetaan kaikki ja heti. Kunnioita siis kanssapelaajia, niitäkin, jotka kulkevat kävellen." Autolla ei myöskään tulisi pomppia väylältä toiselle vaan varmistaa tarvittava tyhjä tila, jos aikeissa on oikaista autolla.

Yhteisöllisyys: kesä on golfarin parasta aikaa

Kapteenit painottavat, että golf on yhteisöllinen laji, jossa jokaisen tulisi nauttia pelaamisesta ja ottaa toiset huomioon. Master Golfin etiketti korostaa kanssapelaajien kunnioittamista kohteliaisuudella. Riippumatta pelitilanteesta tai tuloksesta, pelaajien tulee aina olla kohteliaita, reiluja ja muistaa tervehtiä toisiaan. "Nauti ja hymyile, kesä on golfarin parasta aikaa," Ojala muistuttaa. Stranding lisää: "Kentästä ja ympäristöstä huolehtiminen on toisten työn ja yhteisen hyvän kunnioittamista."



Masterin Etiketti

Pelaajien kunnioitus

- Kunnioita kanssapelaajiasi kohteliaisuudella
- Huolehdi omasta pelinopeudestasi
- Iloinen kannustus parantaa kaikkien peliä

Kentän kunnioitus

- Jätä kenttä upeaan kuntoon myös muille
- Korjaa lyönti- ja putoamisjäljet
- Huolehdi roskat oikeille paikoilleen

Harjoitusalueiden kunnioitus

- Korjaa lyönti- ja putoamisjäljet, haravoi bunkkerit, laita liput paikalleen
- Huolehdi turvallisuudesta, huuda FORE tarvittaessa ja huomioi muut harjoittelijat
- Ylläpidä mukavaa ja kannustavaa harjoituskulttuuria.



Master Golf

– suunnannäyttävä suomalaisessa golfissa

Master Golf on vuosien saatossa vakiinnuttanut asemansa suomalaisen golfyhteisön eturivissä. Suomen Golfliiton puheenjohtaja, Antti Tiitola, tarjoaa arvokkaita näkemyksiä siitä, miten Master Golf on muokannut golfkulttuuria Suomessa, ja miten se jatkaa alan kehittämistä vastaamalla ajan haasteisiin ja trendeihin.

Teksti: Tytti Stranding ■ **Kuva:** Suomen Golfliitto

Tiitolan mukaan Master Golf on ollut edelläkävijä monella tapaa. ”Master Golfia voidaan pitää edelläkävijänä suomalaisessa golfissa, mikä näkyy niin palveluiden monipuolisuudessa kuin asiakaspalvelun laadussakin. Masteria kehitetään jatkuvasti omien jäsenten ja vieraspelaajien toiveiden mukaan. Kenttäyhtiön taloudesta on myös pidetty pitkään hyvää huolta”, hän toteaa. Tämä korostaa sitä, kuinka Master Golf ei ole ainoastaan panostanut laadukkaaseen pelikokemukseen, vaan myös luonut vankan taloudellisen pohjan, joka mahdollistaa jatkuvan kehityksen ja uudistukset.

Kun puhutaan Master Golfin merkityksestä suomalaisen golfin yleisessä tilanteessa, Tiitola nostaa esiin harrastajamäärän kasvun ja talouden paranemisen. ”Suomalaisten golfyhteisöjen talous on parantunut viime vuosina harrastajamäärän kasvun sekä paremman taloudenpidon ansiosta. Master Golf on tässä hyvä esimerkki, jossa jäsenmäärä on kasvanut vuosittain. Jäsenmäärä on kasvanut noin 10 % viimeisen kuuden vuoden aikana”, hän kertoo.

Erityistunnustus Masterin juniorityölle ja kentänhoidolle

Tiitola painottaa Master Golfin roolia suomalaisen golfin kehityksen tukemisessa, erityisesti junioritoiminnan ja naispelaajien osallistumisen näkökulmasta. ”Master Golfilla on erittäin vankka asema. Lisäksi junioripelaajien määrä on kasvanut huomattavasti, mikä on erittäin hyvä asia tulevaisuuden kannalta. Hän korostaa myös, kuinka tärkeää on saada lisää naisia lajin pariin ja mainitsee, että ”Suomen Golfliitto tukee erilaisilla koulutusaineistoilla, tapahtumilla ja tukitiimin henkilöstöllä, jotta juniori- ja naispelaajia saataisiin lisää lajin pariin.”

Vastatessaan kysymykseen siitä, kuinka Master Golf on reagoinut golfin suosion muutoksiin Suomessa, Tiitola antaa erityistä tunnustusta kentänhoidolle. ”Annan

erityistunnustuksen Masterin kentänhoidolle. Kentät ovat hyvin hoidettuja, ja koko ajan kehitetään jotain pientä ja välillä vähän suurempaakin. Myös Masterin harjoitusalue on yksi Suomen parhaista.” Tämä jatkuva pyrkimys parantaa ja kehittää toimintaa, osoittaa miten Master Golf on sitoutunut tarjoamaan parhaan mahdollisen kokemuksen pelaajilleen.

Tulevaisuuden mahdollisuuksina talviharjoittelun kehittäminen ja valtakunnalliset kilpailut

Tulevaisuuden näkymien osalta, Tiitola nostaa esiin talviharjoittelun kasvavan suosion ja juniorityön kehittämisen tärkeyden. Lisäksi Tiitola korostaa SM-kilpailujen ja muiden Suomen Golfliiton alaisten kilpailujen järjestämisen merkitystä Master Golfin näkyvyydelle ja vetovoimalle. ”Se on erinomainen mahdollisuus myös markkinoida vieraspelaajille Master Golfin upeaa miljööttä ja palveluja”, Tiitola toteaa. Tänä kesänä Master Golfissa järjestetään 25.6.2024 Suomen Golfliiton Dormy Future Xtra -kilpailu, joka on avoin kilpailu Suomen junioreille. Lisäksi 9.-11.8.2024 järjestetään senioreiden FST 6 M50 SM -reikäpeli kilpailut.

Katsauksessaan kauden 2023 saavutuksiin ja tulevaisuuden odotuksiin vuodelle 2024, Tiitola summaa: ”Vuosi 2023 oli suomalaisen golfin osalta varsin menestyksenkäs tilastojen valossa. Toivon, että kaudesta 2024 tulee hyvä.”

Suomessa kaudella 2023 kokonaisjäsenmäärä kasvoi 1 %:n ja jäsenmäärä on nyt yli 155 000. Jäsenmäärä nousi etenkin Uudellamaalla. Golfliitto ja Palloliitto ovat Suomen suurimmat lajiliitot jäsenmäärällä mitattuna. Golfkierroksia pelattiin 3,5 miljoonaa, mikä on 2,8 % enemmän kuin vuonna 2022. Green Card suorituskeskukset kasvoivat peräti 17 % ja niitä suoritettiin yhteensä 14 450. Suomalaisten golfharrastajien keskitasoisuus on nyt 26,1.

Masterin harjoitusalue – yksi Suomen parhaista

Master Golfin harjoitusalueet ovat monen golfarin unelma, sillä ne tarjoavat kattavat mahdollisuudet taitojen hiomiseen niin aloittelijoille kuin ammattilaisillekin. Masterin kenttämestari Marko Kortelainen kertoo nyt näiden huippuluokan harjoitusalueiden kehityksestä, nykytilasta sekä tulevaisuuden suunnitelmista.

Teksti: Tytti Stranding

Tenniskentistä huipputason harjoitusalueeksi

Vuodet ovat tuoneet Master Golfin harjoitusalueisiin merkittäviä parannuksia ja laajennuksia. "Suuremman nurmilyöntitason rakentaminen rangen sivulle oli suuri askel eteenpäin", Kortelainen kertoo. Tämä muutos korvasi aikaisemman, vähemmän käytännöllisen alueen, joka sijaitsi nykyisen rangen yhteydessä olevan puttiviheriön paikalla. "Viheriöllä vastattiinkin hyvin kysyntään ja haluttuun muutokseen", hän jatkaa, korostaen Masterin sitoutumista pelaajien toiveiden toteuttamiseen.

Rangen taka-aidan uusiminen ja korottaminen on ollut yksi merkittävä turvallisuuden liittyvä parannus, koska sillä saatiin karsittua pitkälyöntisten draivaajien pallojen ajautumista par 3-kentälle. Nykyisen lähipelialueen tilalla oli ennen neljä tenniskenttää. Ne jäivät ajan saatossa vähäiselle käytölle, joten siitä heräsi ajatus tenniskenttien muuttamisesta laadukkaaksi alueeksi lähipeliharjoitteluun. "Myös lähipeliviheriön vierellä sijaitseva siirtonurmialue korvattiin puttiviheriöllä, tarjoten 1000 m² uutta viheriöpintaa harjoittelijoiden iloksi", Kortelainen kertoo ylpeänä.

Master haluaa pitää harjoitusalueet hyvässä kunnossa ja



ajantasaisina. "Esimerkiksi lyöntimatot ja range pallot uusitaan säännöllisesti. Lisäksi muutama vuosi sitten opetusstudiot päivitettiin vastaamaan tämän päivän vaatimuksia", Kortelainen summaa.

Harjoitusalueita hoidetaan samalla tavalla kuin kenttiä

Kehityksen myötä haasteitakin on kohdattu. Korkean käyttöasteen ja laajentuneen alueen myötä, ylläpito on vaatinut lisää työtä ja huolenpitoa. "Ylläpidon kannalta harjoitusalueita hoidetaan samalla tavalla ja samassa syklistä kuin varsinaisia kenttiä", Kortelainen toteaa. Harjoitusalueisiin pätee samat säännöt kuin varsinaisiin kenttiin eli pallojen alastulojäljet tulee korjata ja bunkkerit haravoida harjoittelun jälkeen. Näin harjoitusalueet pysyvät hyvässä kunnossa kaikille harjoittelijoille.

Kysyttäessä harjoitusalueiden suunnittelusta kaiken tasoille golfareille, Kortelainen vastaa myönteisesti. "Maine laadukkaista harjoitusmahdollisuuksista on kiirinyt maailmalle," hän iloitsee, viitaten ammattitason pelaajien kasvavaan kiinnostukseen Masterin harjoitusalueita kohtaan. "Ensisijaisesti harjoitusalueet on kuitenkin tehty masterilaisille", Kortelainen summaa.



Ympäristönäkökohdat ja vastuullisuus ovat olleet keskeisessä osassa suunnittelussa ja toteutuksessa. "Käytimme esimerkiksi viimeisimmän puttiviheriön rakentamisessa jo olemassa olevia materiaaleja. Alueiden vedenkäyttöön on keskitytty jo pidemmän aikaa ja päivityksiä on tehty", Kortelainen kertoo, korostaen kestäväen kehityksen ja arvojen merkitystä.

Lähipelialue on kenttämestarin silmäterä

Masteriin saavuttaessa, harjoitusalueet ovat paraatipaikalla. "Alueiden siisteyteen ja kunnossapitoon keskitytään tällä kaudella entistä tarkemmin. Opetusstudiolle tulee uusia mattoja ja tekniikkaa yleisesti parannetaan", Kortelainen kertoo.

Suunnitelmia tulevaisuuden osalta tehdään myös koko ajan. Näihin kuuluvat mm. lyöntikatos rangelle sekä tähtäyspisteiden uusiminen. Aikataulua näille ei vielä ole. "Uusia tuulia myös tietysti seurataan aktiivisesti", Kortelainen toteaa, kuvastaen Masterin jatkuvaa pyrkimystä parantaa ja luoda uutta.

Kenttämestarina Kortelainen on erityisen ylpeä ja tyytyväinen lähipelialueeseen, jossa on kaiken kaikkiaan 2 800 m² viheriöpin-

taa, upeat bunkkerit ja tarkkaan harkitut ulkoalueet. "Viihtyvyyttä entisestään parantaa viereisen kioskin tarjoamat palvelut terasseineen. Siinä menee kesäinen päivä mukavasti", hän summaa.

Tiesitkö, että Masterissa oli aikoinaan vesirange?

Mielenkiintoisena historiallisena yksityiskohtana Kortelainen paljastaa, että Masterissa oli aikoinaan käytössä vesirange, jossa palloja lyötiin Bodominjärveen. "Masterin 4. väylän kohdalla pallot lyötiin Bodominjärveen rajatulle alueelle, josta ne sitten kerättiin talteen. Tätä kesti käsittääkseni muutaman kauden, kunnes nykyinen range saatiin rakennettua. Oliko sitten kyse väliaikaisratkaisusta tai ajan trendistä, sitä tarina ei kerro", Kortelainen pohtii.

Toinen mielenkiintoinen seikka harjoitusalueisiin liittyen on Masterin laajoista arkistoista löytynyt Golfinstituutin kunnianhimoinen luonnos vuodelta 1990. Luonnoksesta käy selville, että instituutti harjoituskenttineen oli tarkoitus rakentaa Forestin väylien 12, 13, 15 ja 16 alueelle. "Itse rakennuksen oli tarkoitus olla valtava kuplahalli, lyöntipaikat kahdessa kerroksessa. Luonnollisesti instituutista löytyi myös golfmuseo, auditorio, majoitustiloja ja muuta tarpeellista. Tosin tästä futuristisen

näköisestä hankkeesta ei tainnut jäädä muuta jäljelle kuin tämä luonnosvihkonen", Kortelainen toteaa.

"Alueiden siisteyteen ja kunnossapitoon keskitytään tällä kaudella entistä tarkemmin. Opetusstudiolle tulee uusia mattoja ja tekniikkaa yleisesti parannetaan"

An aerial photograph of a golf course. The image shows several green fairways with scattered sand traps. A winding path or road cuts through the course. In the background, there are dense forests and a few buildings. The lighting suggests a bright, sunny day.

*”Master Golfin
huippuluokan lähipelialueella
pelaajalla on mahdollisuus
harjoitella erilaisia lähipelilyöntejä
eri mailoilla ja erilaisilta
alustoilta.”*

Master Golf Academy

Pro tipset lähipelitaitojen kehittämiseen

Lähipelitaitojen kehittäminen on olennainen osa golfin pelaamista ja hyvien tulosten saavuttamista. Hyvät lähipelitaidot eivät ainoastaan paranna tuloksia, vaan myös antavat pelaajalle varmuutta ja luottamusta omaan peliin. Siksi fasiliteetit, joilla lähipelitaitoja voi kehittää, ovat arvokas osa golfin harjoittelumahdollisuuksia.

Teksti: Julia Kettinen

Hyvät fasiliteetit lähipeliharjoitteluun tarjoavat monipuolisia harjoitusalueita erilaisilla pinnoilla ja muodoilla. Master Golfin huippuluokan lähipelialueella pelaajalla on mahdollisuus harjoitella erilaisia lähipelilyöntejä eri mailoilla ja erilaisilta alustoilta.

Voit lukea lisää lähipelitaitojen kehittämisestä Master Golf Academyn Proiden, Stenna Westerlundin ja Pasi Purhosen vinkeistä. Master Golf Academyn valmentajat Stenna, Pasi ja Julia ovat valmiita auttamaan mielellään Master Golfin jäsenistöä lähipelitaitojen kehittämisessä.

Master Golf lähipelialue



1 Puttausalue
2 Lähilyöntialue
3 Bunkerilyöntialue

PGA Pro Stenna Westerlundin puttiharjoitteluvinkit kesäkaudelle 2024

Putti » Harjoittele pallon linjaan lähtöä ja mailan liikerataa
Tee portti kahdesta tiitikusta noin 30 cm päähän pallosta. Mitä kapeampi portti on, sitä haastavampi treeni on. Tavoitteena on saada pallo portista läpi ja reikään. Voit myös lisätä tiit mailan lavan (kärki/kanta) kohdalle alkuasennossa, jolloin saat palautetta mailan liikeradasta ja osumasta. Aloita lyhyestä putista ja etene pidemmälle.

Putti » Harjoittele vauhdin- ja etäisyydenhallintaa
Aseta viisi palloa metrin välein 4 m, 5 m, 6 m, 7 m ja 8 m etäisyyksille. Laita maila, lipputanko tai tähtäystikku mailan mitan päähän reiän taakse. Puttaa viisi palloa jokaiselta etäisyydeltä. Tavoitteena on saada kolme palloa reikään tai sen takana olevalle alueelle. Toista harjoitusta, kunnes onnistut jokaiselta etäisyydeltä.

Putti » Harjoittele rutiineja ja linjojen lukemista
Harjoittele niin kuin pelaat. Luo omat rutiinisi. Käytä jalkojasi hyväksesi ja tunnustele maaston kallistuksia. Visualisoi linja ja keskity kohtaan, josta pallo kallistuu kohti reikää. Luota intuitioon ja aiempaan kokemukseen, ja anna mennä. Tavoitteesi on oppia lukemaan linjaa ja arvioimaan sopiva vauhti. Kerää informaatiota ohimenevistä puteista ja nauti onnistuneista puteista.

Pelaajan vastuulla – huolehdi omien jälkien korjaamisesta, turvallisuudesta ja kunnioita muita harjoittelijoita!

Jokaisen pelaajan vastuulla on harjoituksen aikana ja jälkeen

- Korjata alastulojäljet
- Korjata divotit
- Haravoida bunkkerit
- Jättää harjoituspaikka siihen kuntoon, jossa toivot sen olevan itsellesi
- Huolehdi turvallisuudesta, huuda FORE tarvittaessa ja huomioi muut harjoittelijat
- Ylläpidä mukavaa ja kannustavaa harjoituskulttuuria
- Älä neuvo tai anna ohjeita muille harjoittelijoille, elleivät he itse sitä kysy
- Muista tervehtiä muita pelaajia ja noudattaa Master Golfin etikettiä!

PGA Pro Pasi Purhosen performance harjoitteet lähilyönteihin kesäkaudelle 2024

Lähilyönnit » Harjoittele lähipeliä griinin ympärillä eri vaikeusasteilla

Valitse kolme (helppo, keskivaikea ja vaikea) eri lähipelipaikkaa, joissa on tasollesi sopivasti haastetta. Tavoitteena on saada pallo: helposta paikasta alle 2 metrin säteelle, keskivaikeasta paikasta alle 4 metrin säteelle ja vaikeasta paikasta greenille.

Harjoituksen tarkoitus on opettaa sinua arvioimaan kulloisenkin tilanteen haastavuus ja valitsemaan riittävän helppo ratkaisumalli. Esimerkiksi, jos lähestyt lipulle raffista ja griinillä on vähän tilaa, kannattaa ehkä valita matalampi ja helpompi lyönti lipun taakse sen sijaan, että yrittäisit korkeaa ja riskialtista lyöntiä.

Hyvässä golfissa toistuvasti valitaan helpoin mahdollinen lyönti, jolla pystytään antamaan itselle mahdollisuus seuraavalle lyönnille onnistua.

Lähilyönnit » Harjoittele toistettavaa bunkkerilyöntiä

Harjoittele bunkkerilyöntejä aina haravoidulta tasaiselta alustalta, aloittaen pallon hyvästä makuusta. Kun hallitset tämän peruslyönnin, voit haastaa itsesi erilaisilla pallon asetteluilla. Muista, että vaikeiden paikkojen lyönnit ovat peruslyönnin sovelluksia.

Valmistaudu harjoitukseen varaamalla mukaasi kertakäyttöisiä kahvikuppeja. Laita pallo hyvin haravoidulle tasaiselle paikalle bunkkeriin. Peitä pallo ylösalaisin olevalla paperisella kahvikupilla. Swingaa mailan lapa kahvikupin alta yrittäen osua hiekkaan mailan pohjalla juuri ennen kahvikuppia. Tavoitteesi on saada pallo pysymään griinillä viidestä yrityksestä mahdollisimman monta kertaa.

Lähilyönnit » Harjoittele lyhyttä pitch-lähestymislyöntiä greenille

Mittaa etäisyys lipulle ja tee 10 lyöntiä kahdessa viiden pallon sarjassa kohti lippua. Laske sitten montako lyöntiä osuu 5 % säteellä lyötävästä matkasta. Esimerkiksi, jos etäisyys lipulle on 40 metriä, 5 % säteellä on 2 metriä, jolloin kokonaisalue on halkaisijaltaan 4 metriä.

Testaa oma tasosi suorittamalla testi neljä kertaa ja laske keskiarvo tuloksista. Harjoituksen tarkoitus on auttaa sinua hahmottamaan oma taitotasosi ja löytämään kentällä sopivat kohdealueet. Tavoitteena on myös lisätä onnistuneiden lyöntien määrää.

Lifetime Master

Golfia kolmen sukupolven ajan Masterissa

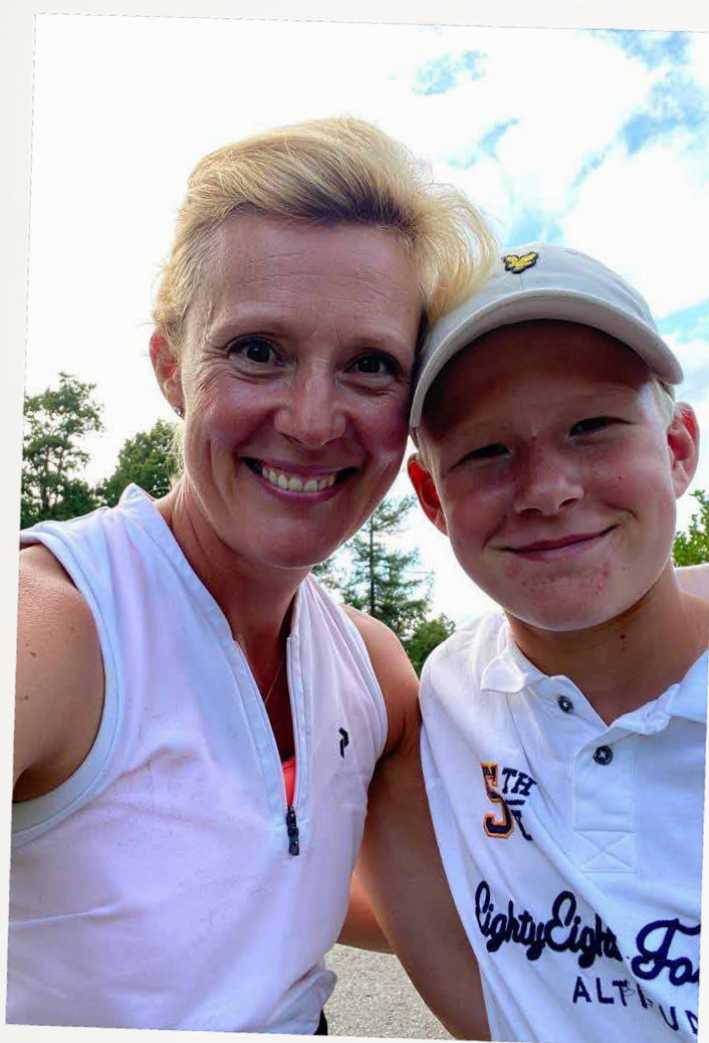
Teksti: Julia Kettinen ■ Kuvat: Christinan kotialbumi

Golf on laji, joka voi yhdistää eri sukupolvia ja tutkitusti edistää sukupolvien välistä vuorovaikutusta. Golf voi myös tarjota unohtumattomia hetkiä perheen kesken. Master Golfin yhteisössä jo kolmessa sukupolvessa golfia pelaava Nordmanien ja Dahlblomien perhe on loistava esimerkki siitä, miten golf voi olla koko suvun yhteinen harrastus.

Heidän tarinansa kertoo rakkaudesta lajiin ja siitä, kuinka golf on liikuttanut heitä - ja liikuttaa edelleen Master Golfin perustajajäseniä 83-vuotiaasta Catarinaa ja 84-vuotiaasta Carlia sekä Masterin aktiivista entistä junioripelaajaa sekä ohjaajaa Christinaa sekä hänen poikaansa Winstonia, joka on vuorostaan nyt mukana Masterin junioritoiminnassa. Tämä on osoitus siitä, kuinka golf ja Masterilaisuus voi olla enemmän kuin vain peli - se voi olla elämäntapa, joka kantaa sukupolvektoiselle.

Mikä sai teidät alun perin kiinnostumaan golfista?

Perheen sukujuuret juontavat Bodominjärven läheisyyteen jo 1970-luvulla sukulaisten ja mökin muodossa. Carl ja Catarina innostuivat golfista ystäviensä kanssa ja he ovat olleetkin mukana Masterin alkuperäisessä perustajaporukassa. Christinan ensimmäiset muistikuvat golfista ovat Masterin alkuperäiseltä vesirangelta, jolla löytiin kelluvia palloja nykyisen Master 4:n rannalta Bodominjärveen. Christina sekä hänen pikkuveljensä Micke kävivät nuorempina 1980- ja 1990-lukujen taitteessa Peter Hagströmin junnukursseilla. "Siihen aikaan junnukursseilla oli melko pelottavaa, ja golf tuntui todella vaikealta. Tämä innoittikin minua myöhemmin toimimaan Masterissa junioreiden seuravalmentajana," Christina muistelee. Hänestä tuntui tärkeältä houkutella lajin pariin enemmän tyttöjä, ja tehdä harrastuksesta kaikille kivan ja turvallisen tuntuksen. Tässä Christina on totisesti onnistunut, löytyyhän Masteristakin hänen tyttöjunnutreenien kasvatteja, kuten





nykyinen Master Golfin Pro Julia Kettinen sekä golfhoojaaja Laura Huomanen. "Christinan vetämä junioritoiminta ja tyttöjunioreiden motivointi lajiin oli aivan huippua. Muistan vieläkin, miten hienoa oli lapsena päästä harjoittelemaan muiden tyttöjen kanssa, saada kiiltäviä tarroja harjoituspassiin ja askarrella koruja tyttöjen golfillassa", Julia ja Laura muistelevat lämmöllä. Kipinä tyttöjunioreiden harjoitusten panostamiseen on kantanut hedelmää tähän päivään asti, sillä Master Golf on ollut tyttöjunioreiden jäsenmäärässä viime vuosikymmenen aikana usein koko Suomen kärkikahinoissa.

Lisäksi Christina kuului itse teininä Masterin junnujoukkueeseen, jonka kanssa hän kiersi Suomen kisoja, treenasi ja kävi talvisin leireillä. Valmentajina toimivat aluksi Marko Heininen, myöhemmin Nigel Miller ja Tommi Stude, ja juniorivastaavana oli Matti Kangaspunta. Samaan aikaan Christina oli myös kesätöissä Masterin caddiemasterina, joka oli silloin vielä vanhalla klubilla, ja hän siirtyi sieltä myöhemmin Diswestiin golfparikemyyjäksi.

Kuinka golf on yhdistänyt teidän perhettänne sukupolvien ajan?

"Golf on ollut laji, jota kaikenikäiset ovat voineet harrastaa yhdessä, riippumatta iästä, kunnosta tai tasosta. Golfia on pelattu Masterin lisäksi matkoilla ja erityisen paljon Espanjassa. Joka syysy järjestetään myös suvun Nordman Clan golfpäivä, johon osallistuu pelaajia kolmesta sukupolvesta. Isovanhemmat ovat olleet aktiivisia ottamaan halukkaita lapsenlapsia mukaan kokeilemaan lajia ja innostuksen sytyttyä pelaamaan. He ovat auttaneet paljon myös kuskauksissa treeneihin. Näin sai myös Winstonin golfkipinä alkunsa. Heti samana päivänä kuin Green Card oli saatu, pelattiin ensimmäiset 7 reikää, ja Winston on nyt harjoitellut muutaman vuoden Masterin junnuissa," Christina kertoo.

Onko teillä yhteisiä pelimuistoja, jotka ovat erityisen merkittäviä?

"Kaikenlaiset muistot pelaamisesta perheen kanssa ovat meille tärkeitä. Meidän suvussamme on paljon golfia rakastavia jäseniä, ja on hienoa nähdä, kuinka laji on yhdistänyt meitä vuo-



Master Info

Perheen golfarit

Christina Dahlblom, 45, hcp 9,5

Anders Dahlblom, 49, hcp 33

Winston Dahlblom, 15, hcp 19

Carl Nordman, 84, hcp 25

Catarina Nordman, 83, hcp 39

Tytöt **Emilie**, 11 ja **Nicole**, 13
ovat suorittaneet GC:n

sien varrella,” Christina sanoittaa. Erityisesti mieleen on jäänyt vuoden 2021 klubimestaruudet, joissa Christina voitti pronssia naisten sarjassa ja Winston osallistui elämänsä ensimmäiseen golfkilpailuun voittaen myös pronssia poikien sarjassa. ”Vaikka tuloksemme saattoivatkin johtua enemmän pelaajien vähyydestä kuin huippusuorituksista, nämä hetket jäävät ikuisesti mieleeni,” Christina naurahtaa. Lisäksi hän kertoo, että suvussa on paljon pelaajia, jotka ovat Masterin jäseniä, ja myös perheen työtöt suorittivat pari vuotta sitten Green Cardit Stennan kurssilla.

Mitä golf on opettanut teille?

”Golf on opettanut perheelle paljon enemmän kuin vain lyöntitekniikoita – se on opettanut hermojen ja kehon hallintaa, sekä myös työelämässä tärkeitä taitoja, kuten suunnitelmallisuutta, oman luonteen ymmärtämistä ja sosiaalisia taitoja,” Christina tähdentää. Se on myös mahdollistanut perheelle yhteistä aikaa mielekkään tekemisen äärellä. ”Lisäksi golf on ainakin varmistanut, että liikumme todella paljon,” Christina naurahtaa. Huomionarvoista on, että Catarina ja Carl pelaavat edelleen paljon ja kävellen, sekä täten kerryttävät runsaasti golfin monipuolisia terveysvaikutuksia.

Miten Master Golf on kehittynyt vuosien aikana?

”Master on kehittynyt, ja muutto Bodomin kartanoon nosti tietenkin toiminnan aivan uudelle tasolle. Yllättävän paljon on kuitenkin samoja ihmisiä ja samaa henkeä kuin alun perinkin. Jaska Tuomisen tulo toimitusjohtajaksi vakiinnutti toiminnan nykyiselle huipputasolle, ja Master onkin ihailtavasti ollut aina hyvin hoidettu myös yhtiönä,” Christina muistelee.

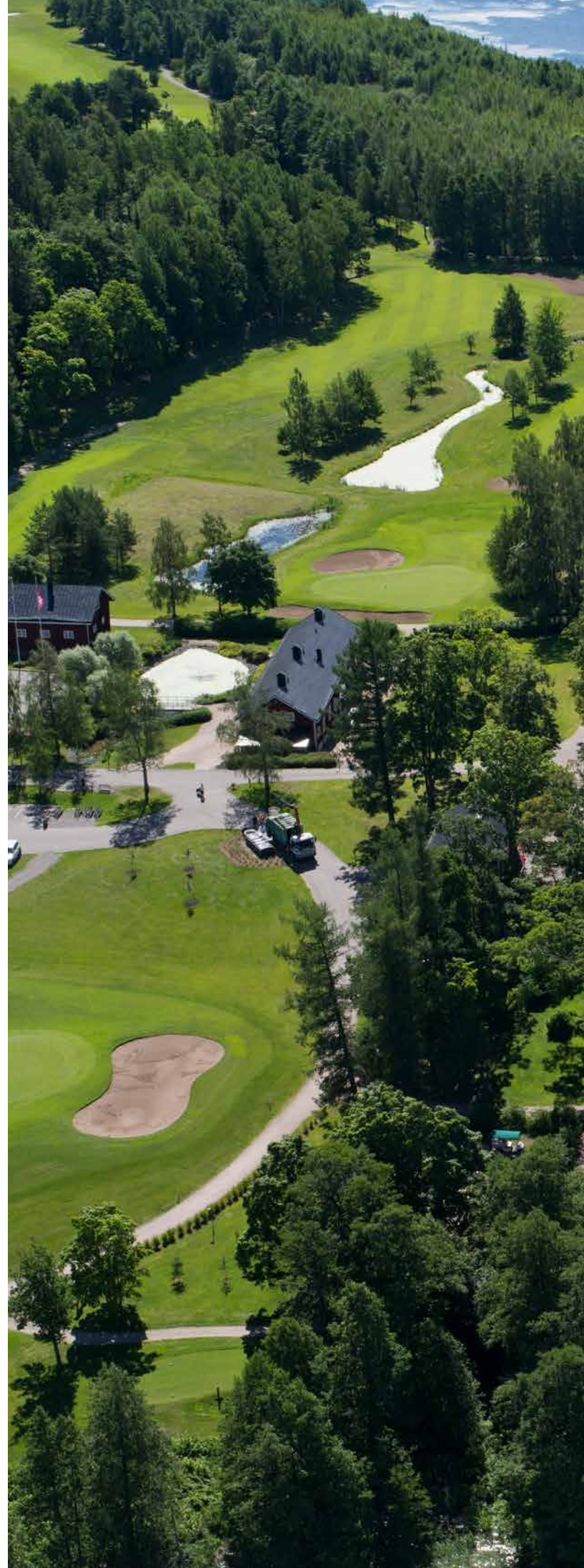
Onko Master Golfissa jotain erityistä, mikä tekee siitä teille merkityksellisen paikan?

”Master on meille kätevässä paikassa, ja se tarjoaa upeat puitteet sekä pelillisesti että esteettisesti. Ehdottomasti Suomen hienoimpia paikkoja!”, Christina jatkaa.

Mitä toivotte golfin tarjoavan teille ja perheellenne tulevaisuudessa?

Perhe toivoo, että golfille jää enemmän aikaa ja että se säilyy perheen yhteisenä harrastuksena vielä pitkään. ”Toivomme golfilta iloisia yhteisiä hetkiä, mieluiten niin, että myös muut perheenjäsenet innostuisivat lajista ja liittyisivät mukaan,” Christina toivoo hymyillen.

Master Golf kiittää perhettä heidän sitoutumisestaan ja intohmostaan lajiin sekä Master Golfin kehittämiseen. Toivotamme teille kaikille unohtumattomia hetkiä niin kentällä kuin sen ulkopuolellakin. Nähdään pian kentällä!





MASTER
12
47
94
PAR 3
MCP 16

Master Moment

Heli Palva

Aina iloinen ja energinen Heli Palva on monelle masterilaisille tuttu, sillä Heli on ollut Masterissa jo vuodesta 1988 lähtien. Heli löysi golfin 59-vuotiaana, kun hänen aviomiehensä Veikko oli jäämässä eläkkeelle. ”Ajatus oli löytää jotain, mikä pitäisi meidät aktiivisina ja estäisi meitä jäämässä vain kotiin”, Heli muistelee.

Teksti: Tytti Stranding

Helin lanko, Tauno, kehotti aloittamaan golfin ja niinpä Heli tarttui tuumasta toimeen ja ilmoitti itsensä ja aviomiehensä Vierumäelle golfkurssille vuonna 1988. Golfkurssit olivat silloin viikon mittaisia ja täysipäiväisiä kurseja. Heli muistelee golfkurssia lämmöllä, sillä siellä ei päästetty oppilaita helpolla. ”Siellä opeltiin lyöntejä ja sääntöjä tarkasti. Lopuksi oli green card -koe, joka oli vaativa, koska se edellytti jokaisen osa-alueen hallintaa. Kaikki eivät todellakaan päässeet siitä ensimmäisellä kerralla läpi. Minä pääsin sen ensimmäisellä yrittämällä läpi eikä tehnyt edes tiukkaa”, Heli summaa.

Helin aviomies Veikko toimi ensimmäiset vuodet Helin caddiana, koska häneltä oli sodan aikana vaurioitunut hermo oikeasta olkapäästä ja se esti pelaamisen. ”Luin Invalidiliiton lehdestä tietystä hanskarakkaisusta, jolla esimerkiksi halvaantuneet henkilöt voivat pelata golfia. Tämä sitten hankittiin ja Veikko meni Masterissa golfkurssille. Veikko pelasi Masterissa 70-vuotiaasta 89-vuotiaaksi”, Heli muistelee lämmöllä.

Golf on ongelmanratkaisua parhaimmillaan

Golf ei ole ainoastaan tarjonnut Helille uuden harrastuksen, vaan se on muokannut hänen päivittäisiä rutiinejaan ja antanut uusia ulottuvuuksia elämään. Työskennellessään sosiaalipuolella Helsingissä, golfista tuli keino irrottautua työpäivästä. ”Golf on ikuista ongelmanratkaisua. Jokainen lyönti tarjoaa uuden pulman ratkaistavaksi ja se vaatii pitkäjänteisyyttä”, Heli pohtii, korostaen lajin mentaalista vaikutusta.

Golf on myös vienyt Helin ja Veikon lukuisille golfmatkoille ympäri maailmaa, avaten ovia uusiin kulttuureihin tavalla, johon

pelkkä rannalla makoilu ei pystyisi. ”Erityisesti Kreikka ja Marokko ovat jääneet mieleen suosikkikohteina. Kreikkaan matkustimme pelaamaan 15 kertaa ja Marokkoon 10 kertaa”, Heli muistelee.

Heli arvostaa golfyhteisön tasavertaista ja kohteliasta ilmapiiiriä, jossa kaikki ovat tervetulleita sellaisina kuin ovat. ”Ketään

ei arvoteta sen mukaan, mitä kukin on. Tasavertaisuus vallitsee ja sitä pitää vaalia”, Heli painottaa.

Luonto ja rauha ovat elementtejä, jotka vetävät Heliä golfkentälle yhä uudestaan ja uudestaan. Hän nauttii eläinten bongamisesta pelatessaan ja odottaa erityisesti harmaahaikaran näkemistä,

mikä on tapahtunut kahdesti. ”Luonto on tärkein tekijä, joka vetää golfkentälle”, Heli toteaa.

Nuoremmille golfareille Heli antaa neuvon nauttia pelaamisesta ja lähestyä golfia ilon ja liikunnan lähteenä, ei pelkkänä suorituksena. Hän rohkaisee erityisesti naisia osallistumaan naisten tapahtumiin, jotka tarjoavat mahdollisuuden verkostoitua ja saada uusia pelikavereita.

Master on ollut Helin golfkoti jo 36 vuoden ajan. ”Masterilaiset ovat saaneet minut viihtymään niin pitkään. Tänne on aina hyvä tulla”, Heli summaa. Golf ei ole Helille pelkkä harrastus, vaan elämäntapa, joka yhdistää liikunnan, luonnon, matkustamisen ja ihmisten tapaamisen ainutlaatuisella tavalla.

”Golf on ikuista ongelmanratkaisua. Jokainen lyönti tarjoaa uuden pulman ratkaistavaksi ja se vaatii pitkäjänteisyyttä.”



Golf & Terveys

Alkuverryttelyllä kohti nautinnollisempaa pelaamista ja parempaa tulosta

Varaatko aikaa alkuverryttelyn tekemiseen ennen pelikierrosta? Vai kiirehditkö kentälle ja kerrytät ylimääräisiä lyöntejä ensimmäisten väylien aikana?

Teksti: Julia Kettinen

Mistä hyvä alkuverryttely koostuu?

Golftekniikka ja liikerata vaativat tiettyjä fyysisiä ominaisuuksia, joita on helppo harjoittaa lajiharjoittelun ohessa. Tämän vuoksi onkin olennaista alkuverryttelyn suunnittelussa tuntea lajin kokonaisvaltaiset vaatimukset sekä henkilökohtaiset tarpeet, kuten terveydentilaan liittyvät rajoitteet ja pelitilanteessa itselle ominaiset piirteet. Golfissa yhdistyvät muun muassa kestävyyskunto, nopea voimantuotto, tasapaino, liikkuvuus ja liikehallinta. Alkuverryttelyä pohtiessa olisi hyvä miettiä myös lajiharjoittelun lisäksi itse pelisuoritusta - huomiota voi kiinnittää muun muassa kognitiivisiin ominaisuuksiin kuten havainnointi- ja huomiokykyyn, päätöksentekoon sekä psyykkiseen puoleen, kuten mielenhallintaan. Kaikki tiedämme, että etenkin kognitiivisen ja psyykkisen puolen taidoilla on merkittävä rooli golfkierroksen pelistrategisessä suunnittelussa.

Miten hyvä alkuverryttely parantaa lajitaitoja?

Monipuolisella ja säännöllisellä alkuverryttelyllä voidaan myös kehittää lajisuorituksessa vaadittavia ominaisuuksia ja taitoja, joita varsinkin lajisuoritus itsessään ei kehitä. Usein ihan huomaamattaan säännöllisen ja monipuolisen alkuverryttelyn myötä myös varsinaiset laji- ja pelitaidot kehittyvät - luonnollisesti laajemmat liikeradat, suur-

Käytös luo käytöstä

Voit motivoida peliseurasi ja ryhmän verryttelemään omalla esimerkilläsi. Haastan sinut kesän 2024 pelikaudella tekemään 5-10 minuutin alkuverryttelyn erityisesti ennen pelikierrosta. Huomaat taatusti eron ja toistetusta tavasta muodostuu sinulle uusi rutiini!

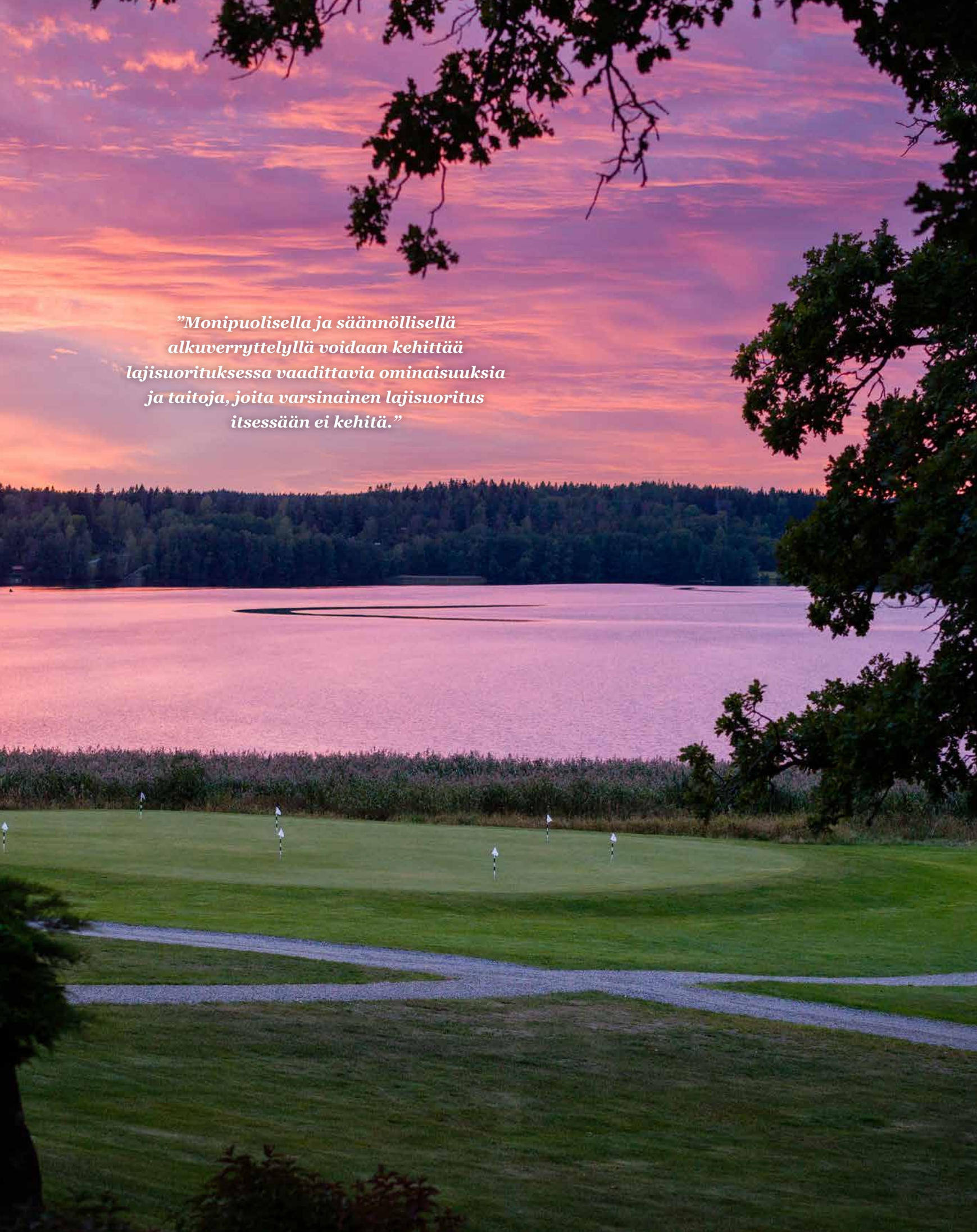
Nappaa vinkit talteen oheisesta QR-koodin takana olevasta videosta. Vaihtoehtoina on 2 eritasoista alkuverryttelyä, joten löydät varmasti itsellesi sopivat liikkeet.



ten- ja pienten lihasryhmien aktivointi sekä kognition ja reaktiokyvyn herättely ovat oleellinen osa itse pelisuoritusta. Alkuverryttelyn liikkeitä kannattaakin varioida kierroksen ajankohdan ja kauden mukaan. Golfarin harjoituskautta voidaan myös jakaa harjoittelun ohjelmoinnin mukaisesti esimerkiksi peruskuntokauteen, pelikauteen valmistavaan kauteen, pelikauteen ja siirtymäkauteen. Näin voidaan vaihdella harjoittelun eri osa-alueiden painopistettä ja kehityskohteita. Kaikkia ominaisuuksia ei nimittäin voi eikä kannata kehittää yhtä aikaa, vaan kausittain kannattaa valita tiettyjä kehitettäviä ominaisuuksia ja pyrkiä samalla ylläpitämään toisia.

Miten seurata alkuverryttelyn vaikutuksia?

Tavoitteen asettamisella voi ohjata ja seurata omaa kehitystä. Muistetaanhan, että jokainen pelaaja iästä ja pelitasosta riippumatta voi havainnoida ja määrittää itselleen erilaisia kehityskohtia. Alkuverryttelyn vaikutuksia voikin tarkastella esimerkiksi pelinautinnon, mahdollisten pelikierrosten aikana ja erityisesti jälkeen esiintyvien nivelten ja lihasten kiputilojen lievittymisen sekä toki lajitaitojen kehittymisen kannalta. Kaikki nämä tekijät vaikuttavatkin siihen, että voisit nauttia pelaamisesta mahdollisimman pitkään ikään asti.



*”Monipuolisella ja säännöllisellä
alkuverryttelyllä voidaan kehittää
lajisuorituksessa vaadittavia ominaisuuksia
ja taitoja, joita varsinainen lajisuoritus
itsessään ei kehitä.”*



Master Golf Academy

Master Golf Academyn opetustarjonta kesäkaudella 2024

Teksti: Julia Kettinen

Master Golf Academyn golfammattilaiset ja opetustilat edustavat kansainvälistä huippulaatua ja henkeä, joka on tyypillistä Masterille. Pyrimme tarjoamaan kaikille asiakkaillemme ensiluokkaisen opetuskokemuksen, ja tilamme ovat tärkeä osa mukavaa oppimisympäristöä. Haluamme varmistaa, että jokainen tuntee olonsa kotoisaksi ja turvalliseksi harjoitellessaan kanssamme.



PGA Pro Stenna Westerlundin valmennustoiminta kesäkaudella 2024

“Tavoitteenani on auttaa jokaista yksilöä löytämään itselleen parhaan tavan pelata golfia, sillä meillä jokaisella on oma tapamme käyttää kehoa, hallita mieltä ja lyödä palloa.

Vahva perusteiden osaaminen kantaa golfissa pitkälle. Perusta kannattaa rakentaa pala palalta ammattitaitoisen golf pro'n ohjauksessa. Oma kilpapelajaustani, vankka pelillinen ja pedagoginen ammattitaito sekä ihmisläheinen opetustyyli ovat vahvuuksiani, joilla autan sinua kohti tavoitteitasi.

Valmennan aina positiivisen kautta – opetan asiakkaan lähtökohdista ja asiakkaan tavoitteita kohti. Olen ylpeä nähdessäni oppilaideni kehittyvän, sillä mitä paremmin peli sujuu sitä enemmän ihmiset nauttivat tästä hienosta lajista.”

Stenna tarjoaa monipuolisen kattauksen yksityisopetusta, kertaus- ja lähipelikursseja, naisten viikkotreenejä ja alkeisopetusta.

Lisätiedot ja ilmoittautumiset opetuksista löydät ajanvarausjärjestelmästä www.varaaheti.fi/mastergolfacademy. Ota rohkeasti yhteyttä puhelimitse tai sähköpostitse, myös sitä kautta voi ilmoittautua mukaan ja esittää lisäkysymyksiä.

Stenna

040 552 0209

stenna@stennawesterlund.fi

www.stennawesterlund.fi



PGA Pro Pasi Purhosen valmennustoiminta kesäkaudella 2024

“Olen jälleen innolla apunanne kaikissa golfiin liittyvissä kysymyksissä tulevalla pelikaudella. Minulta saa mm. swingi-, lähipeli-, putti- ja pelivalmennusta. Tulevalla pelikaudella tarjoan myös harrastajapelaajille koko pelikauden kattavan pienryhmässä tapahtuvan valmennuskokonaisuuden. Pitkä kokemukseni erilaisen maajoukkueyhmien valmentajana on opettanut näkemään olennaisen, kommunikoimaan ymmärrettävästi ja antamaan yksinkertaisia neuvoja pelaajille. Tämä yhdistettynä ihmislähtöiseen lämminhenkiseen tapaan kohdata ihminen ja rakentaen hänen vahvuksiensa varaan on toimintani perusta”

Pasin opetustoiminnan ajanvaraus ja tarkemmat yksityiskohdat saat ottamalla häneen yhteyttä puhelimitse, tekstiviestillä tai sähköpostitse.

Pasi

0400 736748

pasi.purhonen@me.com

Golf Pro, Dr/PhD Julia Kettisen valmennustoiminta kesäkaudella 2024

“Olen Master Golf Academyn monivuotinen Pro sekä golfin terveysvaikutusten, fysiologian ja suorituskyvyn erityisasiantuntija. Golfvalmennuksen lisäksi teen tutkimustyötä golfin fysiologiaa terveysvaikutuksia sydän- ja verisuonitautien sekä aivoterveysten näkökulmista. Koulutukseltani olen Terveystieteiden tohtori liikunta- ja urheilulääketieteen oppiaineesta ja golfin ammattivalmentaja. Golfvalmennukseen, tutkimustyöhön ja ihmisten auttamiseen suhtaudun suurella sydämellä ja positiivisella energialla. Olen ammattitaitoinen, kehittävä ja kannustava. Autan mielelläni kaiken ikäisiä- ja tasoisia pelaajia.

Koulutukseni myötä osaamiseni keskittyy erityisesti aikuisten ja senioripelaajien lyöntitekniikan kehittämiseen lyönnin ergonomisuuden ja optimaalisen voimantuoton näkökulmasta. Lisäksi kiinnitän huomiota mahdollisiin kiputiloihin ja erityisesti niiden ennaltaehkäisyyn. Lisäksi tarjoan golfareille soveltuvaa liikunta- ja ravitsemusvalmennusta, joka tukee pelaajien kokonaisvaltaista hyvinvointia ja suorituskykyä kentällä. Haluan aidosti auttaa pelaajia saavuttamaan omia tavoitteitaan ja voimaan hyvin, niin golfkentällä, kuin sen ulkopuolellakin. Tervetuloa onnistumaan ja innostumaan!”

Lisätiedot ja ilmoittautumiset opetuksista löydät ajanvarausjärjestelmästä www.varaaheti.fi/mastergolfacademy. Ota rohkeasti yhteyttä puhelimitse tai sähköpostitse, myös sitä kautta voi ilmoittautua mukaan ja esittää lisäkysymyksiä.

Julia

+358 500 411 601

julia@kettinen.fi

www.juliakettinen.com



Master Golfin kilpailukalenteri 2024

Ilmoittautumiset kilpailuihin ja tapahtumiin NexGolfin kautta.

Huhtikuu

Pvm	Kilpailu	Kenttä	Pelimuoto
27.4.	Kauden avauskilpailu (YL)	Master	Bestball / pari

Toukokuu

Pvm	Kilpailu	Kenttä	Pelimuoto
7.5.	Seniorien avauskilpailu	Forest	Lippukilpailu
8.5.	Viikkokilpailu	Master	PB / SCR
11.5.	Kevät-Scramble (YL)	Master	Pariscramble
13.5.	Seniorien kuukauskilpailu (YL)	Forest	LP HCP + PB
15.5.	Viikkokilpailu	Forest	PB / SCR
19.5.	Naisten startti (YL)	Forest	PB joukkuekisa
20.5.	Reikäpelimestaruuskilpailut alkavat	Master	SCR
20.5.	Parireikäpelikilpailun 1. kierros alkaa	Master	Greensome
20.5.	Seniorien reikäpelit alkavat	Master	HCP RP

22.5.	Viikkokilpailu	Master	PB / SCR
25.5.	OnGolf & GolfCenter Tour	Master	Pariscramble
29.5.	Viikkokilpailu	Forest	PB / SCR

Kesäkuu

Pvm	Kilpailu	Kenttä	Pelimuoto
5.6.	Viikkokilpailu	Master	PB / SCR
9.6.	Chervò Open (YL)	Master	Bestball / pari
10.6.	Seniorien kuukauskilpailu (YL)	Master	LP HCP + PB
12.6.	Viikkokilpailu	Forest	PB / SCR
19.6.	Viikkokilpailu	Master	PB / SCR
25.6.	Dormy Future Tour Xtra (koko Suomi)	Master	HCP / SCR
26.6.	Viikkokilpailu	Forest	PB / SCR
30.6.	Wau! (YL)	Master	Pariscramble

Heinäkuu

Pvm	Kilpailu	Kenttä	Pelimuoto
3.7.	Viikkokilpailu	Master	PB / SCR
10.7.	Viikkokilpailu	Forest	PB / SCR
15.7.	Seniorien kuukausikilpailu (YL)	Forest	LP HCP + PB
17.7.	Viikkokilpailu	Master	PB / SCR
21.7.	Shampanjaa ja mansikoita (YL)	Forest	Texas scramble
24.7.	Viikkokilpailu	Forest	PB / SCR
25.7.	Master-HGK-KyG-KGC (YL)	Master	HCP PB / joukkuekisa
31.7.	Viikkokilpailu	Master	PB / SCR

Elokuu

Pvm	Kilpailu	Kenttä	Pelimuoto
2.-4.8.	Lyöntipelimestaruuskilpailut	Master, Forest	SCR
7.8.	Viikkokilpailu	Forest	PB / SCR
9.-11.8.	FST 6, M50 SM-reikäpeli	Forest	SCR RP
11.8.	Ladies Open (YL)	Master	Bestball / pari
12.8.	Seniorien kuukausikilpailu (YL)	Master	LP HCP + PB
14.8.	Viikkokilpailu	Master	PB / SCR
15.8.	Master-KyG-NG-EGS (YL)	Master	HCP LP / joukkuekisa
18.8.	Perhemalja (YL)	Master	Greensome
21.8.	Viikkokilpailu	Forest	PB / SCR
28.8.	Viikkokilpailu	Master	PB / SCR

Syyskuu

Pvm	Kilpailu	Kenttä	Pelimuoto
1.9.	Master Golf Open by Audi (YL)	Forest	LP HCP / SCR
5.9.	Master-PGC-StLG-Kurk (YL)	Master	HCP PB / joukkuekisa
7.9.	TravisMathew Pariscramble Open (YL)	Master	Pariscramble
9.9.	Seniorien kuukausikilpailu (YL)	Forest	LP HCP + PB
12.9.	Senior Invitational (YL)	Master	HCP bestball / pari
24.9.	Speed Golf -tapahtuma	Master	
28.9.	Päättäjäisscramble (YL)	Forest	Pariscramble



kilpailukalenteri 2024

Master Info

YL = yhteislähtö

MEN ONLY - ottelut pelataan 8-henkisin
joukkuein.

Ottelut pelataan Lohjalla, Nordcenterissä,
Pickalassa, Sarfvikissa ja Masterissa.

Interclub - ottelut pelataan 4-henkisin
naisjoukkuein

Master 23.5., Sarfvik 10.6., Espoo 2.7. ja
Tali 13.8.



Seniorit

MASTERIN SENIORIT



Sennutreenit - Suositut sennutreenit lyönti- ja lähipeliharjoituksiin saavat jatkoa!

Lähipelitestit - Tule testaamaan taitoja lähipelialueelle Suomen Golfliiton lähipelitestissä!

Senioreille järjestetään monipuolisia kilpailuja ja tapahtumia.

Edustus

MASTERIN EDUSTUSPELAAJAT



Edustustreenit - Master Golfin edustuspeleiden harjoitukset jatkuvat maanantaisin!

Naiset

MASTERIN NAISET



Naistentreenit - Suositut Stennan vetämät naistentreenit jatkuvat maanantaisin!

Lähipelitreeni ja pelistrategiat - Vinkkejä pelistrategioihin ja lähipeleihin!

Psyykinen valmennus - Tule kuulemaan vinkkejä, miten ylläpitää hyvää peliä koko kierroksen ajan!

Aktiivista seuratoimintaa

Master Golfin aktiivinen seuratoiminta kesäkaudella 2024

Teksti: Julia Kettinen

Master Golf mahdollistaa jäsenistölleen kilpailukalenterin lisäksi kattavan kattauksen seuratoimintaa kesäkaudelle 2024. Seuratoiminnassa korostuu vahvasti Master-hengen mukaisesti yhteisöllisyys ja monipuolinen tarjonta eri ikä- ja taitotasolle. Masterissa onkin kaiken ikäisille ja -tasoisille pelaajille räätälöityä toimintaa, jotka tukevat jäsenten välistä vuorovaikutusta ja yhteishenkeä sekä toki golfissa tarvittavien taitojen kehittymisen osalla. Yhteisöllisyys on keskeinen osa Master Golfia, ja seuratoiminnan tavoitteena on tarjota jäsenilleen paikka, jossa voi nauttia golfin harrastamisesta yhdessä muiden samanhenkisten ihmisten kanssa.

Missä tapahtumassa nähdään?



Junnut

MASTERIN JUNNUT

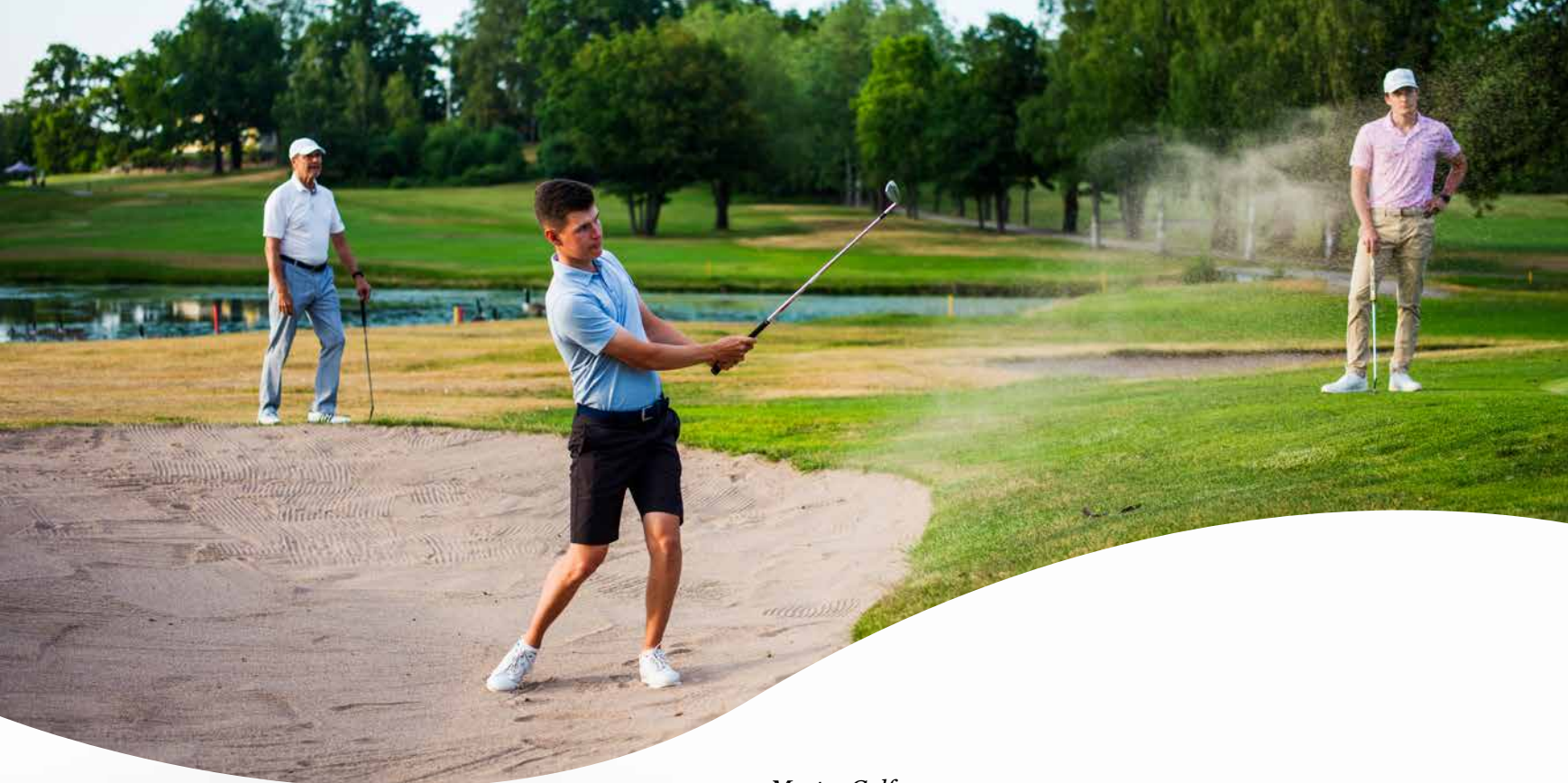


Junnutreenit - Juniorit harjoittelevat Masterissa erityisesti tiistaisin ja torstaisin!

Avoimet junnutreenit - Tervetuloa kokeilemaan Junioreiden harjoituksia!

Kauden avajaiset - Burger Fiesta X Junnukauden avajaiset!

Dormy Future Tour Xtra - Master Golfissa järjestetään Suomen Golfliiton kilpailu!



Master Golf somessa

Pysy kärryillä, mitä Masterissa tapahtuu!

Tulemme tällä kaudella panostamaan Masterin sisäiseen ja ulkoiseen viestintään enemmän kuin aikaisemmin. Ota siis tilit seurantaan, niin pysyt ajan tasalla!



Verkkosivut: mastergolf.fi

Masterin verkkosivujen kautta pysyt aina ajan tasalla ajankohtaisista asioista ja tapahtumista.



Facebook: [Master Golf](https://www.facebook.com/mastergolf)

Facebookin kautta viestimme masterilaisille kilpailuista, tapahtumista, opetuksesta ja muista ajankohtaisista asioista.



Instagram: [mastergolfspoo](https://www.instagram.com/mastergolfspoo)

Instagramin kautta tuomme esiin Masterin upeaa fiilistä ja tunnelmaa. Jaa omia Master Momenteja tägäämällä julkaisuihin @mastergolfspoo.



LinkedIn: [Master Golf](https://www.linkedin.com/company/master-golf)

LinkedIn-sivun kautta viestimme mm. Masterin tapahtumista sekä vastuullisuudesta.

Olet myös aina tervetullut Masterin toimistolle ja caddiemasterille!



Muistathan myös osakasvaihdon?

Master Golf on mukana Golf Talman, Pickala Golfin ja St. Laurence Golfin välisessä yhteistyössä, jossa osakkaat saavat vierailta veloituksetta toistensa kentillä kaksi kertaa kauden 2024 aikana. Yhteistyön tarkoituksena on luoda osakkuudelle lisäarvoa ja palkita golfkenttien sitoutuneimpia pelaajia, osakkaita!

Master Golf

Valvojat ovat kentällä pelaajia varten



Anton
Valvoja & caddiemaster



Joachim
Valvoja & caddiemaster



Mikael
Valvoja & caddiemaster

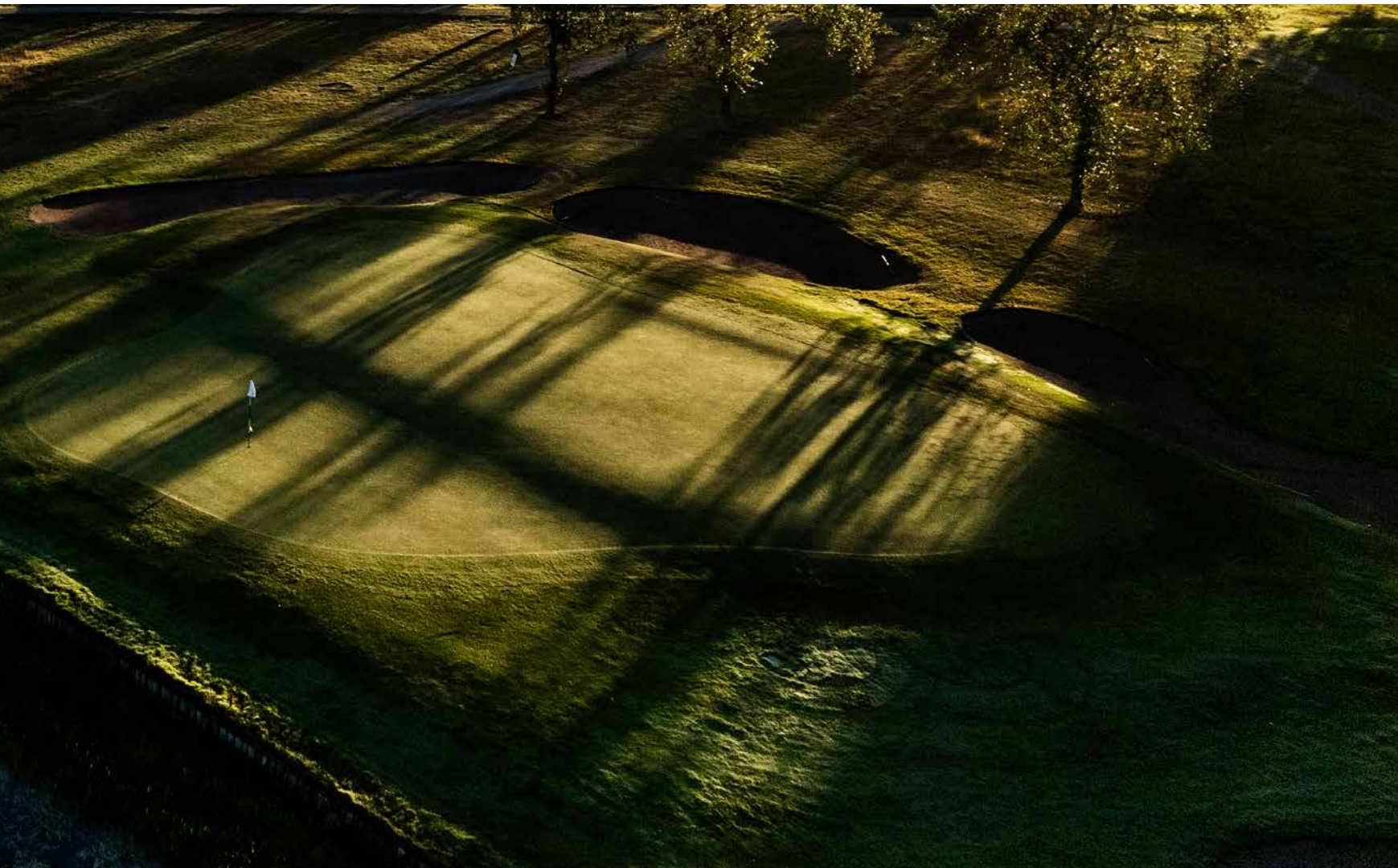
Viime kaudella valvontaa lisättiin Masterissa ja valvojat olivatkin pelaajille tuttu näky kentillä. Valvojen läsnäolo sai paljon kiitosta ja reippaat valvojat jatkavat töitään myös tällä kaudella. Valvojina ja caddiemastereina toimivat Anton Karttunen, Joachim Kock ja Mikael Valtee. Anton ja Mikael ovat masterilaisille tuttuja jo viime kaudelta.

Teksti: Tytti Stranding

Valvojen läsnäololla on vaikutusta kaikkien pelaajien pelikokemukseen. Heidän tehtävänsä on varmistaa, että pelinopeus pysyy sujuvana sekä myös pelaajien avustaminen tarvittaessa. Pelinopeuden ylläpito on tärkeää, sillä hitaammat ryhmät voivat aiheuttaa ruuhkia ja viivästyksiä, mikä heikentää kaikkien pelikokemusta. Valvojat varmistavat, että kaikki ryhmät etenevät tasaiseen tahtiin, kehottamalla tarvittaessa pelaajia lisäämään pelinopeutta tai antamalla hitaamman ryhmän päästä nopeamman ryhmän ohitseen.

Lisäksi valvojat ovat apuna pelaajien niin halutessa. Valvojat voivat tarjota ohjeistusta sääntöihin liittyvissä kysymyksissä tai auttaa etsimään kadonnutta palloa ja näin nopeuttaa sitä, että peli pääsee jatkumaan.

Tällä kaudella valvojat keskittyvät entistäkin enemmän pelin sujuvuuden seuraamiseen.



Kauden 2024 caddiemasterit

Caddiemasterina jatkaa jo viime vuosilta tuttu Timo Leino.
Uusina caddiemastereina aloittavat Emilia Björklund ja Viivi Timberg.



Timo



Emilia



Viivi

*Suosittu
buffetlounas tarjolla
**Bodomin Kartanolla
myös viikonloppuisin!***

*Espeen paras golfravintola, Bodomin Kartano, on palvellut lounas- ja brunssi asiakkaita läpi talven ja on nyt valmiina uuteen golfkauteen. Alkavan golfkauden kynnyksellä ravintolapäällikkö **Pilvi Jansson** avaa tulevan kauden suunnitelmia.*

Teksti: Tytti Stranding





*” Golfravintolan suosikit
pysyvät jatkossakin listalla,
mutta niitä on hieman
muokattu uusilla mauilla
kesää ajatellen.”*

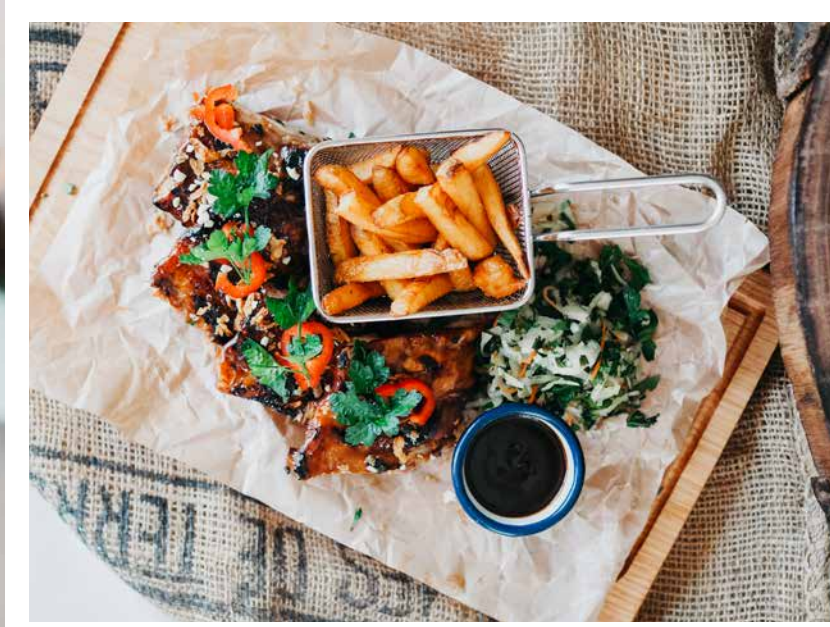




Tällä kaudella golfin ystävät voivat odottaa jälleen uudistuksia Bodomin Kartanon tarjontaan. "Olemme erityisen innoissamme, että voimme tarjota lounasta buffetpöydästä nyt myös viikonloppuisin. Tämä on uutta, ja toivomme näkevämmme paljon masterilaisia nauttimassa lounasta viikonloppuisin", Jansson kertoo.

Golfravintolan suosikit pysyvät jatkossakin listalla, mutta niitä on hieman muokattu uusilla mauilla kesää ajatellen. "Päivitimme suosikit uusilla herkullisilla mauilla. Tarjoamme Club Sandwichin kotimaisella naudan marmoroidulla ulkofileellä valinnan mukaan joko ranskalaistyyllisellä tai aasialaisella vivahteella", Jansson valottaa. Golfareiden suosikkijuomat pysyvät edelleen valikoimassa, mutta myös juomiin on luvassa uudistuksia. Alkoholliset vaihtoehdot ovat kasvattaneet vuosi vuodelta suosiota, joten niitä on luvassa valikoimaan lisää.

Viime kaudella taukokioskien pidennetyt aukioloajat saivat paljon kiitosta ja myös tällä kaudella taukokioskit palvelevat samojen aukioloaikojen puitteissa. Miten masterilainen sitten nauttii hoidarista? "Viime vuonna kahden nakin ystävät pääsivät hyvin lähelle perinteisen yhden nakin hoidarin myyntilukuja; ehkä tulevalla kaudella jo ohi?" Jansson pohtii.





Teemapäivät ja -illat tuovat lisämaustetta kauden aikana. "Suunnitteilla on muun muassa saaristolaispöytä ja grilli-illat. Otamme mielellämme masterilaisten toiveita vastaan näiden suunnittelussa", Jansson kertoo innostuneena.

"Suunnitteilla on muun muassa saaristolaispöytä ja grilli-illat. Otamme mielellämme masterilaisten toiveita vastaan näiden suunnittelussa."

Suosittu brunssit jatkuvat, ja erityisesti juhlapäiviin sijoittuvat brunssit, kuten vappu ja äitienpäivä, ovat olleet vieraiden suosiossa. "Varaus juhlabrunsseihin kannattaa tehdä hyvissä ajoin", Jansson muistuttaa.

Bodomin Kartano tarjoaa upeat puitteet myös yksityistilaisuuksien järjestämiseen. "Kesälle löytyy vielä tilaa, ja olemme mielellämme mukana järjestämässä tärkeitä kokoontumisia ja merkkipäiviä", Jansson lupaa.

Suomen parhaat peli- ja opetusmatkat

Kotimainen ja palveleva valinta golfmatkoillesi - ja kaikki pelaa.

www.ongolf.fi



OnGolf toivottaa kaikille hyvää golfkautta kotimaan viheriöille.
Syksyn parhaat peli- ja opetusmatkat tulevat myyntiin maaliskuun huhtikuun aikana.

Kaikki matkat osoitteessa > ongolf.fi tai soita 0300 870 520

ongolf



HYVIÄ PELIHETKIÄ
kaikille Masterin osakkaille ja jäsenille!

MASTER