

**10**  
Cosa devo fare per iniziare?

La prima cosa è consultare il nostro sito [www.golfcremaresort.it](http://www.golfcremaresort.it) o telefonare alla segreteria (0373/84500).  
Ci trovi anche su Facebook alla pagina **GOLF CREMA RESORT**

**11**  
Dove devo recarmi per cominciare?

Vieni a trovarci in via Ombrianello 21 a Crema! Le nostre strutture sono: Campo pratica, Campo "Mummy" 9 buche" e Campo "Daddy" 18 buche percorso da campionato.

**12**  
Cosa serve per l'iscrizione?

In Segreteria ti verranno fornite tutte le informazioni e lo staff ti aiuterà a scegliere l'offerta più adatta a te. Iscrivendoti al Circolo diventerai anche membro della Federazione Italiana Golf. Un golfista non è un vero golfista se non è un tesserato FIG!

**13**  
Che vantaggi dà la tessera federale?

Il tesserato della Federazione Italiana Golf è coperto da assicurazione contro gli infortuni e per la responsabilità civili. Può accedere a tutte le 400 strutture italiane. Inoltre può beneficiare degli sconti a lui riservati dalle aziende parte della FIG.

**14**  
Il Campo è fuori città?

Il Golf Crema è inserito nella splendida cornice del podere di Ombrianello a due passi dalla città, ma completamente immerso nell'atmosfera e suoni della natura.

**15**  
Quando sarò pronto per la mia prima partita?

Ognuno ha i suoi tempi, ma grazie alla tua passione sarai presto sul GREEN!

**16**  
Cosa c'è nella sacca da golf?

Puoi portare con te sino ad un massimo di 14 bastoni. Sarai tu a scegliere i più adatti alle diverse esigenze di gioco tra legni per i colpi più lunghi, ferri per i colpi di avvicinamento e putters per mandare la pallina in buca.

**17**  
Come bisogna essere vestiti?

Uno dei lati positivi del golf è che, per iniziare, hai bisogno solo di scarpe da ginnastica e abbigliamento comodo, ma non preoccuparti! Per qualsiasi cosa tu abbia bisogno la potrai trovare nel nostro Pro Shop.

**18**  
Quale attrezzatura serve per cominciare?

Per cominciare non serve comprare nulla. Il maestro penserà a fornirti tutto il necessario: anche il tuo primo "ferro"

# Tutto il Golf in 18...Buche!

Cosa devi sapere per cominciare a giocare



GOLFCREMA  
RESORT

Associazione Sportiva Dilettantistica

**GOLF CREMA RESORT**

Via Ombrianello, 21  
26013 Crema (CR)

Tel: 0373/84500

Facebook: **GOLF CREMA RESORT**

[www.golfcremaresort.it](http://www.golfcremaresort.it)  
[info@golfcremaresort.com](mailto:info@golfcremaresort.com)





### E' uno sport o solo un gioco?

Il Golf è uno sport e ha tutte le caratteristiche per esserlo: l'attività fisica, il senso della competizione, le Regole da rispettare. Ed è tra le discipline previste nel programma dei prossimi Giochi Olimpionici di Rio del 2016.

1

### In cosa consiste una partita di Golf?

2

Nel mandare la pallina in buca nel minor numero di colpi possibile lungo il percorso di gioco (9 o 18 buche).

### Perché imparare a giocare a Golf?

Il Golf fa bene al corpo e alla mente: allena la coordinazione e l'elasticità muscolare. In più stimola a migliorarsi continuamente, rilassa, aiuta a socializzare (ma volendo, si può praticare anche da soli)

3

### Si può cominciare a qualunque età?

Dai 6 ai 99 anni, qualunque età è ottima per iniziare a giocare a Golf: tutti sono i benvenuti!

4

### Posso giocare anche se non ho mai fatto nessuno sport?

Certo! Per cominciare ti basta un semplice certificato medico "per attività ludico-motoria" non agonistica e tesserarti alla Federazione Italiana Golf

5

### E' uno sport molto costoso?

Lo è assai meno di quanto si dica. Per cominciare, ad esempio, non devi avere tutta l'attrezzatura completa. Inoltre puoi sempre contare su uno dei pacchetti promozionali che il Golf Crema offre ai neofiti.

### Quante calorie fa bruciare?

Giocare a Golf fa consumare circa 200 calorie l'ora, ma puoi anche superare le 1000 in 18 buche: niente male per tenersi in forma, no?

### Richiede tanto tempo a disposizione?

Lo stesso tempo dell'andare in palestra, giocare a tennis o frequentare qualsiasi circolo sportivo.

### Si può giocare anche d'inverno o quando piove?

A Golf puoi giocare sempre, anche con la pioggia. Dopo tutto è uno sport nato in Scozia, dove il clima non è certo dei più miti.

6

9

8

7

# Tutto il golf in 18...Buche!

