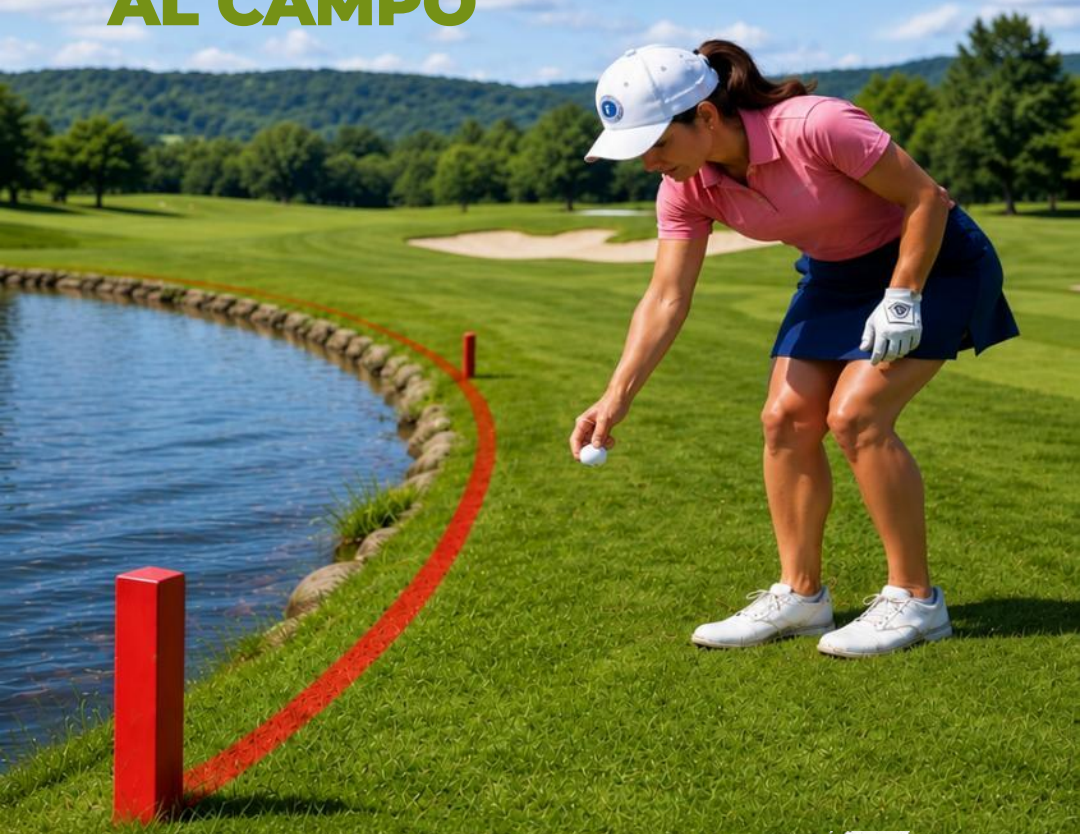
Comité de Reglas de la FGCV

REGLAS DE GOLF IMPRESCINDIBLES PARA SALIR AL CAMPO



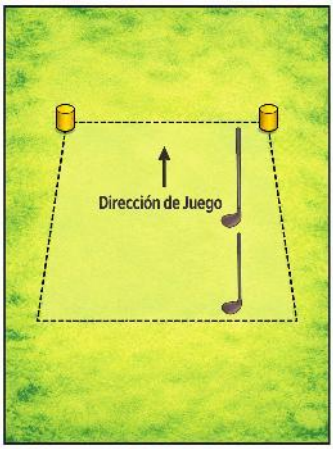
Contiene test para poner a prueba tus conocimientos

Un manual práctico y sencillo para disfrutar del golf conociendo las reglas básicas

1 Empezar el hoyo desde el lugar de salida

ANTES DE EMPEZAR

- El área de salida es un rectángulo que va de barra a barra de salida y tiene dos palos hacia atrás.
- Debes jugar la bola desde dentro del área de salida.
- Puedes poner la bola en un tee o sobre el terreno.
- Puedes arreglar desperfectos y mejorar el área.
- No puedes quitar ni mover las barras cuando vas a jugar desde el área de salida.



JUGANDO DESDE EL ÁREA DE SALIDA

- Si accidentalmente mueves o haces caer la bola del tee, no pasa nada. Puedes volver a poner la bola en cualquier parte del área de salida con tee o sin él.
- Pero si das un golpe intencionado a la bola, el golpe cuenta, aunque no toques la bola (golpe al aire) o la muevas muy poco. Esto aplica en el área de salida y en cualquier otra parte del campo.
- Siempre que la bola reposa dentro del área de salida puedes levantarla y volverla a poner en cualquier parte del área de salida con tee o sin él, aunque ya le hayas dado un golpe.

PENALIZACIONES

Jugar desde fuera del área de salida	Jugar habiendo movido alguna de las barras de salida
2 golpes de penalización, el golpe no cuenta y has de volver a salir desde lugar correcto	**2 golpes de penalización**





2 Jugando en el bunker y en el green

SI TU BOLA VA A UN BUNKER

Puedes jugar igual que en el resto del campo, pero no puedes tocar la arena en estos cuatro casos:

- Para probar las condiciones.
- Al hacer swing de práctica.
- Al hacer el backswing.
- Con el palo inmediatamente delante o detrás de la bola.





Tocar la arena de forma prohibida en el bunker

2 golpes de penalización

SI TU BOLA ESTÁ EN GREEN

Puedes hacer cosas que están prohibidas en el resto del campo:

- Levantar y limpiar la bola (es obligado marcar el punto para levantar la bola).
- Quitar arena y tierra suelta.
- Reparar daños en el green.

Si mueves la bola accidentalmente en green no tienes penalización.

Puedes jugar quitando la bandera o dejándola dentro del hoyo.





Arreglar imperfecciones naturales o probar el green

2 golpes de penalización

3 Alivio sin penalización de obstrucciones movibles

¿Qué es una obstrucción movible?

Una obstrucción movible es cualquier objeto artificial que se pueda mover con un esfuerzo razonable y sin dañar la obstrucción o el campo. Por ejemplo, rastrillos, estacas y cuerdas, carteles movibles, ...



¿Cuándo puedes aliviarte?

Siempre puedes aliviarte de una obstrucción movible, da igual en qué parte del campo esté la obstrucción o tu bola.

¿Cómo puedes aliviarte?

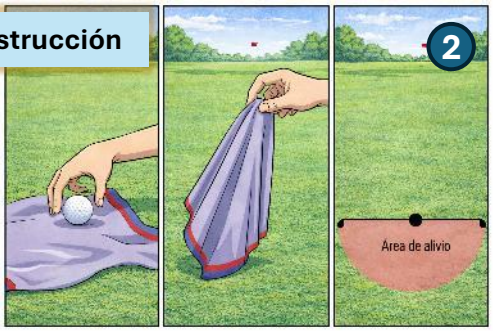
1 Si la bola NO está sobre la obstrucción

Simplemente, quita la obstrucción. Si la bola se mueve accidentalmente, no hay penalización, pero has de reponerla en el mismo punto en el que reposaba.



2 Si la bola SÍ está sobre la obstrucción

- Levanta la bola.
- Quita la obstrucción.
- Dropa la bola en un área de 1 palo medida desde el punto en el que estaba la bola originalmente y sin acercarte al hoyo.



¡IMPORTANTE!
Las estacas de límites no son obstrucciones.
Si las quitas y no las repones antes de jugar

2 golpes de penalización

4 Alivio sin penalización de condiciones anormales

¿Qué es una condición anormal?

- **Obstrucciones inamovibles.** Objetos artificiales que no se pueden mover, como caminos, edificios, bocas de riego, ...
- **Terrenos en reparación.** Zonas marcadas con pintura blanca o azul.
- **Agua temporal.** Acumulaciones de agua, como charcos.
- **Agujeros de animales.** Hechos por conejos, perros, ...



¿Cuándo puedes aliviarte?

1. Si la bola toca o está en la condición.
2. Si la condición interfiere con tu stance.
3. Si la condición interfiere con tu swing.



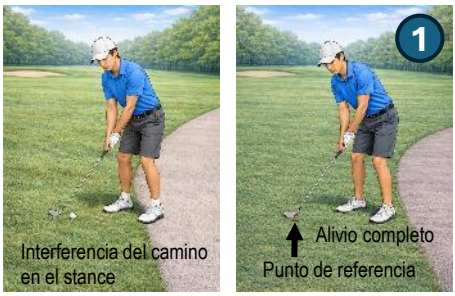
El alivio no es obligatorio. Siempre puedes jugar la bola como reposa.
No tienes derecho a alivio si:
- la bola está en un área de penalización (“agua”) o,
- la condición anormal está fuera del campo.

¿Cómo puedes aliviarte?

1 Identifica el punto de referencia.

Es el punto más cercano al que reposa la bola que te alivia de la condición anormal sin interferencia ni en el lie de la bola, ni en tu stance ni en tu swing.

Para determinar el punto debes ponerte en posición para el golpe con el palo que utilizarías para ese golpe.



2 Desde ese punto de referencia, determina el área de alivio.

Área de 1 palo sin adelantarse al hoyo.

3 Dropa una bola en esa área.



¡IMPORTANTE!
Las vallas y muros de límites no son obstrucciones. Si tomas alivio...

2 golpes de penalización

5 Alivio con penalización por bola perdida o fuera de límites

¿Cuándo la bola está perdida?

Si no la encuentras en menos de 3 minutos desde que empiezas a buscarla. Si la encuentras después de 3 minutos ya está perdida y no puedes seguir jugando con ella.



¿Cuándo la bola está fuera de límites?

Cuando reposa más allá de las estacas, líneas, vallas o muros que delimitan el campo. No puedes seguir jugando con ella.

La línea blanca y las estacas blanca ya están fuera de límites.

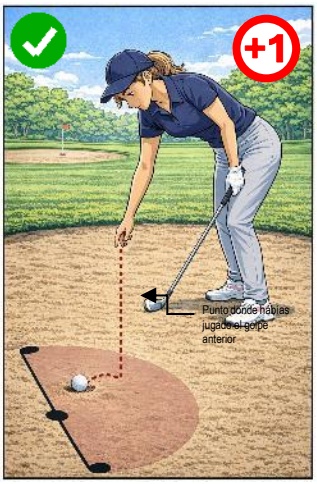


¿Qué tienes que hacer? Alivio por “golpe y distancia”

Si tu bola está perdida o fuera de límites has de jugar una bola desde el lugar donde habías jugado el golpe anterior añadiendo 1 golpe de penalización (esto se llama “alivio por golpe y distancia”).

Tendrás que dropar una bola dentro del área de 1 palo desde donde diste el golpe anterior, excepto:

- En el área de salida puedes colocarla en el suelo o en un tee.
- En el green debes colocarla en el mismo punto desde el que jugaste.



Jugar una bola provisional

Si crees que tu bola puede estar perdida o fuera de límites, pero no estás del todo seguro, puedes jugar una **bola provisional**.

Antes de jugarla has de anunciar claramente que es provisional.

Puedes seguir jugándola hasta que llegues a la altura donde se supone que está la bola original.

- Si aparece la original: debes abandonar la provisional. Los golpes dados con ella no cuentan.
- Si no aparece la original o está fuera de límites: debes seguir con la provisional.

¡RECUERDA!
Si tu bola se pierde o está fuera de límites

1 golpe de penalización
y debes jugar desde donde jugaste el último golpe

6 Alivio con penalización por “agua” (área de penalización)

¿Qué es un área de penalización?

Áreas de las que puedes aliviarte con 1 golpe de penalización. Están marcadas con estacas y/o líneas rojas o amarillas. Los lagos y ríos son áreas de penalización aunque no estén marcadas.



¿Cómo puedes aliviarte?

Además de jugar la bola como reposa, tienes **3 opciones diferentes para aliviarte, todas ellas con 1 golpe de penalización**:

1 Golpe y distancia

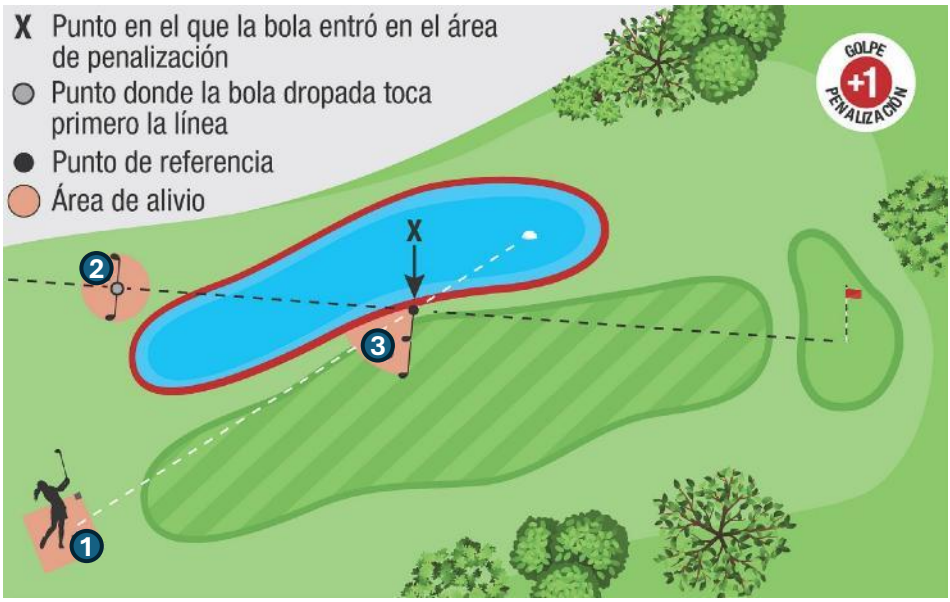
Vuelve a jugar desde donde habías jugado el golpe anterior.

2 Línea hacia atrás

Dropa una bola hacia atrás en la línea imaginaria que pasa por la bandera y el punto por el que la bola cruzó el margen del área de penalización. La bola debe quedarse dentro del área de un palo del punto en el que bota.

3 Alivio lateral (solo para áreas de penalización rojas)

Toma como punto de referencia el punto por el que la bola cruzó el margen del área de penalización. Dropa una bola en un área de 2 palos desde ese punto y sin adelantarte hacia la bandera.



¡RECUERDA!
Si tomas alivio de un área de penalización
1 golpe de penalización

7 Alivio con penalización por bola injugable

Si encuentras tu bola en una situación en la que consideras que no puedes jugarla, puedes tomar alivio con 1 golpe de penalización.



¿Cómo puedes aliviarte?

Además de intentar jugar la bola como reposa, tienes **3 opciones diferentes para aliviarte, todas ellas con 1 golpe de penalización**:

1 Golpe y distancia

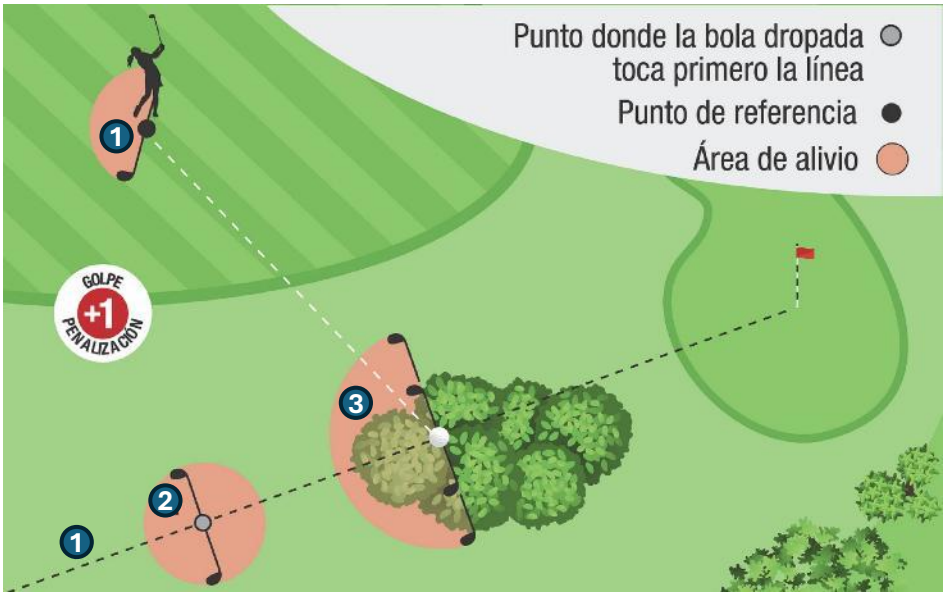
Vuelve a jugar desde donde habías jugado el golpe anterior

2 Línea hacia atrás

Dropa una bola hacia atrás en la línea imaginaria que pasa por la bandera y el punto en el que reposa la bola injugable. La bola debe quedarse dentro del área de un palo del punto en el que bota.

3 Alivio lateral

Toma como punto de referencia el punto donde reposa la bola. Dropa una bola en un área de 2 palos desde ese punto y sin adelantarte hacia la bandera.



¡RECUERDA!
Si tomas alivio por bola injugable
1 golpe de penalización

8 No mejores tu golpe

NO PUEDES MEJORAR TU GOLPE

- Limpiando la bola.
- Rompiendo una rama que te molesta en el swing.
- Aplastando la hierba justo detrás de la bola para impactarla mejor.
- Rompiendo ramas o arbustos que afectan a tu stance.







Mejorar tu golpe

2 golpes de penalización

SÍ PUEDES QUITAR IMPEDIMENTOS SUELTOS

- Impedimentos sueltos son cualquier objeto natural suelto, como piedras, hojas, ramas, insectos, ...
- Pero al quitarlos, la bola no puede moverse.
- No hay penalización si la bola se mueve al quitar un impedimento suelto en green.





Bola que se mueve al quitar un impedimento suelto

1 golpe de penalización y debes reponer la bola

Y DEBERÍAS SIEMPRE CUIDAR EL CAMPO...

- Evitando hacer chuletas en swings de prácticas,
- Reponiendo chuletas,
- Rastrillando bunkers,
- Arreglando piques en el green, ...





9 Dropar la bola en un área de alivio

Durante una vuelta de golf tendrás que dropar, colocar o reponer la bola varias veces.
Es importante que lo hagas correctamente para evitar penalizaciones.

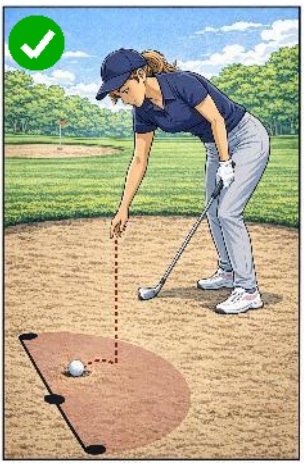
¿Cuándo tendrás que dropar la bola?

Vas a tener que dropar la bola cuando tomes alivio con o sin penalización. Por ejemplo, de un camino, de un terreno en reparación, por bola injugable, por bola en “agua”, por bola perdida o fuera de límites, ...

Siempre que tengas que dropar puedes cambiar la bola por otra.

¿Cómo has de dropar la bola?

- Suelta la bola limpiamente (no la lances o la hagas rotar).
- Desde altura de la rodilla.
- Sin que te toque a ti o a tu equipamiento antes de tocar el terreno.
- Dentro de un área de alivio (que será de 1 o 2 palos, según casos).
- La bola debe quedar en reposo dentro del área de alivio.



El área de alivio se mide con tu palo más largo. Normalmente el driver.

¿Y si has dropado mal?

Si por error, has dropado mal o fuera del área correcta, debes corregir el error antes de jugar la bola. Las veces que haga falta hasta que lo hagas bien.

Si dropas mal y no lo corriges

1 golpe de penalización



¿Y si la bola se sale del área?

Si has dropado correctamente pero la bola se sale y queda en reposo fuera del área, dropa una segunda vez. Si se vuelve a salir, coloca la bola en el punto en que ha botado en el segundo dropaje

Si juegas de fuera del área de alivio

2 golpes de penalización

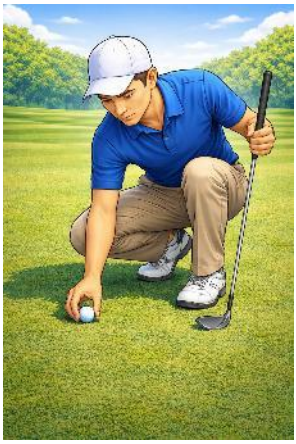


10 Colocar y reponer la bola en un punto

Durante una vuelta de golf tendrás que dropar, colocar o reponer la bola varias veces.
Es muy importante que lo hagas correctamente para evitar penalizaciones.

¿Cuándo tendrás colocar o reponer la bola?

Reponer



La bola se repone cuando se ha de poner en el mismo punto en el que estaba originalmente. Por ejemplo, cuando la has levantado en green.

Reponer una bola implica que:

- para levantarla debes marcar la bola con un marcador,
- debes usar la misma bola que estabas jugando,
- y debes ponerla en el mismo sitio en que estaba.

Colocar

La bola se coloca cuando se puede poner en un punto diferente al que estaba originalmente. Por ejemplo, al aplicar la regla de invierno (Regla Local de “Lie preferido” o “la bola se coloca”).

Colocar una bola implica que:

- no es obligado marcar la bola al levantarla,
- puedes cambiar la bola por otra,
- puedes elegir un punto para colocarla en una zona concreta dependiendo del caso (por ejemplo, una tarjeta con Regla Local “Lie Preferido”).

¿Cómo se coloca o repone una bola?

Con la mano, dejándola en el punto en el que hay que ponerla. No se puede con un palo o soltarla por el aire.

¿Y si has colocado o repuesto mal la bola?

Si has repuesto o colocado la bola de manera incorrecta o en un punto equivocado, debes corregir el error antes de jugar la bola. Las veces que haga falta hasta que lo hagas bien.

Si colocas mal la bola y no lo corriges
1 golpe de penalización

Si juegas desde un punto equivocado
2 golpes de penalización



11 Juega a buen ritmo. Ready golf.

Jugar bien al golf no consiste solo en hacer pocos golpes, debes jugar a un ritmo rápido. Jugar lento es una falta de respeto al resto de jugadores y hace que el golf sea aburrido.

BUENAS PRÁCTICAS PARA EVITAR EL JUEGO LENTO

El juego lento se debe fundamentalmente a un inadecuado comportamiento en el campo.



¡Sé eficiente, aprovecha el tiempo!

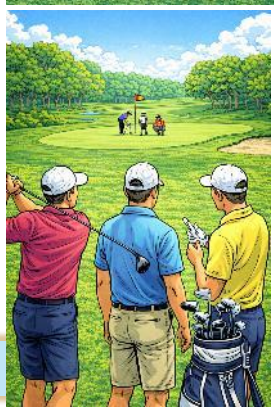
- Camina rápido y no te distraigas.
- Si es seguro, ve hacia tu bola mientras otros preparan su golpe.
- Prepara tu golpe mientras otros juegan. También en green.
- Estate preparado para jugar cuando sea tu turno.
- Sal rápido del green y no pierdas tiempo en el tee.
- Al llegar a green deja tu bolsa en dirección al siguiente tee.
- Emboca sin marcar la bola si está muy cerca del hoyo.
- En el tee el primero en jugar debe jugar y luego anotar el resultado. El resto anotan el resultado antes de jugar.



Aplica siempre el Ready Golf

Juega fuera de turno si estás preparado y es seguro, o si el otro jugador necesita tiempo para preparar su golpe.

Si es posible, intenta jugar tu bola antes de ayudar a buscar la de otro jugador.



NORMAS A CUMPLIR OBLIGATORIAMENTE

¡40 segundos para el golpe!



Y eso incluye ponerse el guante, medir distancias, elegir palo, quitar impedimentos sueltos, rutina, etc.

¡Máximo 3 minutos para buscar una bola perdida!

¡Mantén la posición!

Fíjate en el grupo de delante, no en el de detrás.

Si has perdido hoyo, recupera la posición lo antes posible o da paso.

Test de autocomprobación

Indica si las siguientes frases son verdaderas o falsas. Una vez lo termines, puedes ver las respuestas en la siguiente página.

1) El área de salida mide dos palos hacia atrás desde las barras.
2) Si ejecutas un golpe con intención de golpear la bola pero lo fallas y das un "golpe al aire" sin tocar la bola, el golpe no cuenta.
3) Si en el área de salida haces caer la bola accidentalmente del tee puedes volver a ponerla en el tee sin penalización.
4) Si tienes tu bola en la calle y se mueve cuando quitas una hoja suelta no hay penalización y se repone la bola.
5) El ready golf te permite jugar fuera de turno si es seguro.
6) Tocar la arena en el bunker con el palo al hacer swing de practicas está permitido.
7) La bola debe droparse desde la altura de la rodilla.
8) Mover la bola accidentalmente en el green tiene penalización.
9) Si quitas un rastrillo que te molesta para jugar y la bola se mueve tienes penalización.
10) Una bola está Perdida si no se encuentra dentro de los tres minutos después de que el jugador comienza a buscarla.
11) Si dropas en un sitio incorrecto y juegas, hay penalización.
12) Se puede colocar la bola moviéndola con la cabeza del palo.
13) Romper una rama que te molesta para hacer el swing tiene penalización.
14) Si la bola está fuera de límites tienes que anotar un golpe de penalización y volver a jugar desde donde habías jugado tu golpe anterior.
15) Si levantas la bola en el green puedes cambiarla por otra al reponerla.
16) El alivio lateral en un área de 2 palos solo se puede utilizar en áreas de penalización rojas.
17) Puedes quitar una estaca de fuera de límites sin penalización si te molesta para jugar.
18) El alivio de un terreno en reparación es obligatorio.
19) Si tu bola va al "agua" (área de penalización) puedes tomar alivio anotando 1 golpe de penalización.
20) Si tu bola está injugable tienes tres opciones diferentes para aliviarte.

COMPRUEBA LAS RESPUESTAS CORRECTAS CON TU MONITOR DE GOLF