



Erasmus+ sport  
ÉGALITÉ, MIXITÉ, INTÉGRATION PAR LE SPORT



Daniel Rosu /Romania

# FICHE TECHNIQUE

## Activité/Activity: Golf

Français	English
<p><b>Description / histoire</b></p> <p>Le golf est un jeu sportif dans le cadre dont les compétiteurs frappent des ballons de tailles relativement réduites, avec plusieurs types de crosses, dans le but de les introduire de plus en plus moins de coups, dans des trous préétablis.</p> <p>Le golf peut être facilement pratiqué par une gamme très large de personnes, parce qu'il ne nécessite pas de spéciales habilités ou des habitudes difficiles à former. Il est un sport très populaire dans le monde, spécialement dans les riches pays, étant pratiqué spécialement par des personnes avec un niveau de vie milieu ou haute. Une petite partie de pratiquants sont des joueurs professionnels.</p>	<p><b>Description / history</b></p> <p>Golf is a sports game in which the competitors strike balls of relatively small size with several types of clubs with a view to introduce them into some pre-established holes in as few strokes as possible.</p> <p>Golf can be easily practised by a wide range of people since it does not require special skills nor difficult-to-form habits.</p> <p>It is a highly popular sport in the entire world, especially in rich countries, being mostly practised by people with a medium or high standard of living. A small amount of golfers are professional players.</p>
<p><b>Terrain / aire du jeu</b></p> <p>L'activité de type concours se développe en plein air, sur des terrains d'herbe, de forme longitudinale ayant quelques km longueur qui n'ont pourtant de dimensions standardisées.</p> <p>Ces terrains incluent régulièrement de formes naturelles de relief c'est-à-dire des collines, des vallées, buttes et lisières de forêt ou des lacs avec d'eau. L'herbe nécessite une hauteur de 4-5 cm environ. Le terrain de golf est destiné exclusivement au jeu, sur lui on ne se fait pas d'entraînements.</p> <p>L'entraînement a comme but de frapper le ballon à distance, pour lequel on s'emploie des aménagements de type « stands » d'où le joueur lance des ballons, sans se déplacer. D'ici les ballons sont récupérés ultérieurement avec des agrégats spécialisés.</p> <p>Pour l'entraînement on s'utilise encore des terrains de finalité du jeu (la zone verte), qui comprend seulement des zones avec des trous préétablis pour l'introduction du ballon. Ces trous sont marqués avec de petits drapeaux.</p>	<p><b>Golf course / area of the game</b></p> <p>The contest-type activity is performed outdoors, on grass fields of longitudinal shape and a few kilometres long which, nonetheless, do not have standardised dimensions.</p> <p>These fields generally include natural landforms, namely hills, valleys, mounds, forest margins or water ponds. The grass needs a costly maintenance since its height is of maximum 4-5 cm. The golf course is destined exclusively to the game, it is not used for trainings.</p> <p>The training is aimed at striking the ball at length because there are used 'stand'- type facilities, from where the player launches balls without being necessary to move. Subsequently, the balls are recovered with special cars.</p> <p>For trainings there are also used the areas in the courses destined for finishing the game (green area) which contain only areas with pre-established holes for introducing the ball. These holes are marked by small flags.</p>
<p><b>Matériel / équipement</b></p> <p>Les crosses construites en métal ou fibres de charbon, ont une manche, une tige et une surface volumineuse pour frapper. Elles sont prévues avec des étiquettes avec de nombres pour être utilisées aux coups de différentes longueurs. Quand le ballon arrive dans la zone verte il peut être frappé avec une crosse spéciale, plus simple, nommée putter. Les crosses sont portées</p>	<p><b>Tools / Equipment</b></p> <p>Golf clubs are made out of metal or carbon fibre, they have a grip, a shaft and a voluminous striking surface (head). They are labelled with numbers in order to be used at strokes of different lengths. When the ball reaches the green, it can be struck with a special, more simple club, called putter. The clubs are carried in special bags, rucksack-type. The ball is spherical, it has 3-4 cm in</p>

<p>dans des sacs spéciaux, type sac à dos. Le ballon est sphérique, il a 3-4 cm en diamètre, couleur blanche, est couverte par des trous avec le rôle de déterminer le trajectoire de vol.</p> <p>Le support pour élever le ballon (tee) est utilisé seulement dans le jeu, pour élever le ballon de l'herbe, alors quand celui-ci est frappé à distance.</p>	<p>diameter, it is normally white and it is covered with dimples meant to determine the flight trajectory.</p> <p>The stand meant to lift the ball (tee) is used in the game in order to lift the ball from the grass when it is hit at distance.</p>
<p><b>Règlement / temps du jeu</b></p> <p>Un tour de jeu standard est caractérisé pour parcourir à pied (ou à l'intermède d'une petite voiture de golf) d'un tracé de quelques Km. par chacun ou plusieurs concurrents. Le jeu peut tenir compte également de règles locales, du respectif terrain.</p> <p>Il n'existe pas de limitations déterminées par les conditions météo, le jeu pouvant être pratiqué pendant toute l'année. Parce qu'il est difficile d'illuminer un terrain de jeu à grandes dimensions, le jeu se développe régulièrement dans des conditions de lumière diurne.</p> <p>Dans le cadre du jeu l'utilisation des crosses et à la discrétion de chaque joueur.</p> <p>Pour ne pas influencer le jeu des autres, celui-ci peut inclure des règles d'étiquette, tenue ou conduite.</p>	<p><b>Regulations / playing time</b></p> <p>A standard game is characterised by covering on foot (or by a little golf car) a route of several kms by one or more players. The game may also consider local rules, those of the respective course.</p> <p>There are no limitations determined by weather conditions – the game can be played throughout the year. Since it is difficult to lighten up a golf course of a large size, the game normally takes place in daylight.</p> <p>Within the game, the use of golf clubs is at each player's disposal.</p> <p>In order not to influence the others' game, this can include etiquette or behaviour rules as well as a dress code.</p>
<p><b>Applications, adaptation (homme/femme, APA, jeunes/seniors)</b></p> <p>Le golf peut être joué dans des conditions relativement similaires tant par l'homme que par les femmes. Dans le système de compétitivité il existe pourtant une preuve masculine et féminine, en base du fait qu'il existe force différente de frapper en fonction de genre.</p> <p>Les personnes avec déshabilité sourde-muette peuvent pratiquer le golf similaire avec les autres personnes. Le golf ne peut pas être pratiqué par des personnes avec déshabilités visuelles, sensorielles ou locomotrices.</p> <p>Le golf peut être pratiqué à tout âge, pouvant être considéré un moyen idéal de cultiver la santé au milieu de la nature.</p>	<p><b>Applications, adaptation (Male / female, APA, youth / senior)</b></p> <p>Golf can be played in relatively similar conditions both by men as well as by women. In a competitive system there is, nonetheless, a male competition and a female one, based on the fact that there is a different striking strength depending on each gender.</p> <p>Disabled people who are deaf-mute can practise golf similarly to other people. Golf cannot be played by people with visual, sensory or locomotor disability.</p> <p>Golf can be practised at any age, being considered an ideal way of keeping healthy in the middle of nature.</p>
<p><b>Plus d'informations / liens</b></p>	<p><b>Further information / links</b></p>
<p><a href="https://ro.wikipedia.org/wiki/Golf_(sport)">https://ro.wikipedia.org/wiki/Golf_(sport)</a>  <a href="http://ro.sportsdirect.com/golf">http://ro.sportsdirect.com/golf</a>  <a href="https://www.olympic.org/golf">https://www.olympic.org/golf</a></p>	<p><a href="https://ro.wikipedia.org/wiki/Golf_(sport)">https://ro.wikipedia.org/wiki/Golf_(sport)</a>  <a href="http://ro.sportsdirect.com/golf">http://ro.sportsdirect.com/golf</a>  <a href="https://www.olympic.org/golf">https://www.olympic.org/golf</a></p>