

Viel Spaß bei der Lektüre wünscht
Timo Schlitz

Timo
Schlitz

DIE EWIGE FRAGE

GOLF = REPUTATION

Golf wird in unseren Breitengraden immer normaler. Besonders weit sind in dieser Hinsicht Länder wie Schweden, Australien oder die USA. Aber auch im deutschsprachigen Raum werden Clubs lockerer und öffnen sich. Doch ist Golf die richtige Sportart, um zu demonstrieren, dass man erfolgreich ist und viel Geld verdient? Das Problem, wenn man mit dieser Denke das Golfspielen beginnt: Golf ist, rein technisch gesehen, wirklich richtig schwer. Selbst ein sehr sportlicher Mensch benötigt mehrere Jahre, bis er den Ball halbwegs vernünftig trifft. Und oft sind Menschen, die auf Status viel Wert legen, nicht die allerbesten Athleten. Denn sie haben ihren ganzen Ehrgeiz bislang auf den finanziellen Erfolg gerichtet. Daher könnte es ein hartes Stück Arbeit mit dem Golfsport werden, denn es gibt keinen Schuldigen (Gegner), kaum eine Abkürzung für das Erlernen des Spiels und wenig Bewunderung von erfahrenen Clubmitgliedern. Kurz: Die Reputation, ein guter Golfer zu sein, lässt sich nicht mal so eben erkaufen.

GOLF = ELITÄR

Das Verknüpfen von Golf mit dem Elitären geht in eine ähnliche Richtung wie mit der Reputation. Allerdings wird der Begriff elitär eher nach außen hin verwendet. „Golf ist ein elitärer Sport für weiße, alte Männer“, liest und hört man nicht selten, wenn das Klischee des Golfers bedient werden soll. Dass ein Donald Trump Golfer ist und zudem mehrere Plätze besitzt, macht es nicht besser. Andererseits: Der berühmteste Golfer ist immer noch Tiger Woods – und der Mann ist nicht nur schwarz, sondern war auch sehr jung (21), als er die Golfwelt mit seinem Sieg beim Masters 1997 im Sturm eroberte. In Deutschland sind mehr als 34 Prozent der Golfer Frauen.* Europaweit beträgt der Frauenanteil immerhin 25 Prozent. Zudem schafft es Golf mittlerweile, als halbwegs cool wahrgenommen zu werden, ohne allzu elitär zu sein. So sind zahlreiche aktive und ehemalige US-Sportprofis fanatische Golfer (Basketballer Michael Jordan und Stephen Curry, Footballer Tony Romo, Eishockey-Legende Wayne Gretzky oder Surfer Kelly Slater) genau wie Schauspieler (Jessica Alba, Eva Longoria, Cameron Diaz, Bill Murray, Samuel L. Jackson, Hugh Grant, Matthew McConaughey oder Jack Nicholson)

und Sänger (Robbie Williams, Justin Timberlake oder Alice Cooper). Der Kosmos Fußball muss sich auch nicht verstecken: Thomas Müller, Niklas Süle, Mats Hummels, Sebastian Rudy, Philipp Lahm oder Oliver Bierhoff sind nur einige Kicker, die auch mit einem Golfball umgehen können. Fazit: Golf ist nicht billig, aber auch nicht mehr elitär.

* *KPMG Golf Benchmark Studies.*

GOLF = NICHT ANSTRENGEND

In gewisser Weise ist etwas dran, denn viele Golfer kommen von anderen Sportarten, die sie auf einem bestimmten Niveau nicht mehr ausüben können und daher diesem Sport den Rücken gekehrt haben. Tennis zum Beispiel. Oder generell harte Ballsportarten mit Körpereinsatz wie Basketball, Handball oder Volleyball. Im Golf kann ein 60-Jähriger problemlos einen 20-Jährigen schlagen beziehungsweise besser im Ergebnis abschneiden. In den meisten anderen Sportarten macht sich ein deutlicher Altersunterschied sehr stark bemerkbar. Aber zurück zur Anstrengung. Eine Golfrunde über 18 Löcher dauert vier bis fünf Stunden. Meist legt man eine Strecke von etwa acht Kilometern zurück und verbrennt um die 1.500 Kalorien. Das ist vergleichbar mit zwei Stunden joggen. Wer das Ganze richtig ernst nimmt (zum Beispiel als Mannschaftsspieler), der spielt sich zudem noch mindestens 30 Minuten vor Beginn der Runde auf dem Übungsgelände ein und absolviert vorher noch ein Aufwärmprogramm für die Muskulatur. Auch Ausschlagen nach der Runde sowie golfspezifische Fitnessübungen gibt es zuhauf. Den Überaktiven sind also keine Grenzen gesetzt. Natürlich kann man auch einfach 36 Löcher hintereinander spielen. Letztlich wird klar: Golf ist anstrengend genug.

GOLF = KOPFSACHE

Ein Teil davon durchaus. Die Technik – also das Schlagen des Balls – läuft über die Körperbewegung und ist wie bei jedem anderen Sport ab einem gewissen Punkt eine intuitive Bewegung, die durch die zahlreichen Wiederholungen in der Lernphase nahezu automatisch abläuft. Der große Unterschied zu vielen anderen Sportarten ist jedoch die Zeit. Bei den meisten Sportarten reagiert der Sportler intuitiv. Beim Tennis retourniert man einen Ball, ohne vorher minutenlang darüber nachzudenken. Beim Basketball wirft oder zielt man zum Korb, wenn man die Möglichkeit sieht. Beim Golf hingegen hat man generell keine Zeitnot und insofern auch keine Möglichkeit, intuitiv zu agieren. Man weiß, was erwartet wird. Stellt sich den Schlag vor. Kann zwischen verschiedenen Schlägern wählen. Muss

Wind und Wetter miteinbeziehen. Eigentlich eine perfekte Ausgangslage, wenn man nicht so viel Zeit zum Überlegen hätte. Denn genauso schnell können Zweifel aufkommen: Kann ich diesen Schlag überhaupt? Was sagen meine Mitspieler, wenn ich ins Wasser schlage? Warum liegt mein Ball so schlecht? Intuitiv wäre es oftmals sicherlich leichter – aber das ist im Golf selten eine Option.

GOLF = LEUTE KENNENLERNEN

Unbedingt. Ein Golfclub ist ein Social Club. Oder kann einer sein. Will heißen: Man muss sich nicht unbedingt am sozialen Clubleben beteiligen. Aber man kann – und die meisten Golfer machen das auch sehr gerne. Ob das nun über die Zugehörigkeit zu den verschiedenen Clubmannschaften ist oder über das In-Kontakt-Treten mit Mitspielern auf der Runde oder im Turnier, bleibt jedem selbst überlassen. Noch ein Wort zu Turnieren. Die Teilnahmequoten nehmen seit Jahren eher ab als zu. Woran das liegt, ist nicht so leicht zu erklären. Die einen wollen ihr Handicap nicht verschlechtern. Andere spielen lieber mit ihren Freunden (Wunschzusammenstellungen sind im Turnier oft nicht erlaubt). Wieder andere haben keine Freude daran, sich dem Turnierstress auszusetzen oder lange zu warten, denn Turnierrunden dauern oft etwas länger. Wie auch immer: In einem Golfclub lernt man definitiv eine Menge neuer Leute kennen und schließt Freundschaften.

GOLF = GESUND

So ist es. Man bewegt sich in der Natur, stärkt das Immunsystem, schaltet das Smartphone aus und konzentriert sich auf ein Spiel, das volle Aufmerksamkeit erfordert. Der große Pluspunkt ist dabei, dass man seinen Körper im Anschluss nicht mehrere Tage ausruhen muss, wie das bei vielen anderen Sportarten der Fall ist. Nicht zu unterschätzen ist allerdings die Belastung für Rücken und Gelenke. Wer sportlich unterwegs ist, baut in der Wirbelsäule durchaus viel Spannung auf, ehe diese mit Vollgas nach vorne entladen wird. Daher bietet es sich für sportliche Vielspieler an, Ausgleichsübungen zu integrieren (zum Beispiel Pilates, Yoga oder Krafttraining).

GOLF = EINFACH

Das ist definitiv nicht der Fall. Golf gilt unter Sportwissenschaftlern sogar als eine äußerst komplexe Sportart, die schwer zu erlernen ist. Allerdings lebt sie im Amateurbereich weniger von Athletik, Fitness und Ausdauer. Dafür sind eine

ausgezeichnete Hand-Augen-Koordination und die richtige mentale Einstellung wichtig, um gut Golf zu spielen. Zudem benötigt ein Golfer definitiv eine hohe Frustrationstoleranz.