

## Spielen Sie Golf?

Golf ist die Trendsportart Nr. 1 in Deutschland. Keine andere Sportart verzeichnet auch nur im entferntesten solch gewaltige Zuwachsraten an aktiven Spielern. Immer mehr Menschen entdecken die Faszination Golf. Der "grüne Sport" ist geeignet für Menschen von 3 bis 90 Jahre, er ist Synonym für Bewegung, Spass und Gesundheit. Was kann es entspannenderes geben, als 18 Löcher Golf in herrlicher Landschaft zu spielen? Für Golf brauchen Sie keinen Partner. Golf kann alleine zu zweit, dritt oder zu viert gespielt werden. Die Jagd nach PARs und Birdies stärkt die Konzentration, die Koordination und dient der Entspannung, Sie fordert auch Kräfteinsatz. Schließlich werden beim Golfschwung 124 Muskeln (von insgesamt 434) gleichzeitig bewegt. Der Cholesterinspiegel fällt nach 18 Löchern um durchschnittlich 15 %, und das Körpergewicht kann sich um bis zu 1 kg pro Runde reduzieren. Nähere Informationen zur Platzreife finden Sie unter "Golfschule".