

Kiitos	3
Taustaa	4
Mitä on hyvä lähipeli?	7
<i>Miltä tasolta aloitat - testaa osaamisesi testillä</i>	8
Rakenna yksinkertainen ja toistettava perusta lyönneillesi	9
<i>Chippi ja pitchi – niiden erot</i>	10
<i>Alkuasento eli set up</i>	11
<i>Hallitse swingin alinta kohtaa</i>	13
<i>Jokaisessa lyönnissä on osumakohta ja swingin alin kohta</i>	13
<i>Tasapainopisteet - mitä ne ovat ja miten ne vaikuttavat</i>	16
<i>Paino ja paine jaloilla</i>	21
<i>Pallon paikka ja sen muuttaminen</i>	24
<i>Mailan lavan asento ja suuntaus</i>	26
<i>Alkuasennon pienet erot chippi – pitchi tai lobbi</i>	27
<i>Mailaote</i>	30
<i>Erot täyden lyönnin otteeseen</i>	30
<i>Heikko vs. vahva</i>	32
<i>Butterfly-ote</i>	36
<i>Käsien tehtävät lyönnin aikana</i>	37
Välineet – niillä todellakin on merkitystä	40
<i>Lähipelimitoitusten kokoonpano</i>	43
Liike	44
<i>Sinulla on ranteet – älä jäykistä niitä!</i>	45
<i>Kehon käyttäminen liikkeen aikaansaamiseksi</i>	46
<i>Mailan liike oikealla tasolla eli planella</i>	48
<i>Mailan liike oikealla tasolla eli planella</i>	49
<i>Lyöntiliikkeen pituus</i>	51
<i>Chippi</i>	53
<i>Pitchi</i>	56
<i>Totuuden hetki – osuma</i>	59
Pituuskontrolli	60
<i>Tiedä matkat</i>	60
<i>Systemaattinen pituuskontrolli</i>	62
<i>1/4, 1/2 ja 3/4 swingien mallit</i>	64
<i>Pituuskontrollin harjoittelu</i>	65
<i>Harjoitteet</i>	66
<i>Maila- ja lyöntivalinta</i>	70
Pelistrategia	73
<i>Lähestymislyöntien sektorit – millainen strategia kannattaa valita</i>	74
<i>Punainen – keltainen – sininen – vihreä</i>	81
<i>Hyväksy seuraukset</i>	82
Lyönnin profiili	86
<i>Mailavalinta – helpoin tapa vaikuttaa lentokaareen</i>	86
<i>Matala chippi – deloft</i>	87
<i>Neutraali kaari – mailan todellinen nostokulma eli trueloft</i>	88
<i>Korkea kaari – mailan lisätty nostokulma eli addloft</i>	88
<i>Nostokulman lisääminen tai vähentäminen lyönnin aikana</i>	88
<i>Puttichippi – käytä vain harvoin</i>	89
<i>Alakierre eli spinni</i>	89

<i>Miksi Spinloft vaikuttaa kierteen syntymiseen?</i>	95
<i>Välineet ja niiden vaikutus alakierteeseen</i>	95
<i>Olosuhteiden vaikutus alakierteeseen</i>	96
Ongelmalyönnit	97
<i>Pitkä heinä</i>	97
<i>Kova tai ruohoton alusta</i>	101
<i>Lobbi</i>	101
<i>Pallo pitkän ja lyhyen heinän reunassa</i>	102
<i>Divotti</i>	102
Hiekkaeste	104
<i>Swingi on swingi – vaikka hiekalla</i>	105
<i>Lyöntiasento ja mailan asento ratkaisevat</i>	105
<i>Linjaus ja lavan suunta</i>	108
Tilastot ja näkökulma harjoitteluun	111
<i>Läheltä olet parempi kuin uskot</i>	112
Kartoita mailoja ja matkoja	121
Harjoittelu	124
<i>Miten tulisi harjoitella</i>	126
<i>Hallitse perusteet</i>	132
Lyhyet	134
<i>Lyöntimittojen pituuskontrollitaulukko</i>	140
Taitotesti lähipeliin	142