

# “第一课,我打到球啦”

## 高球培训班昨开班 学员练得热火朝天

昨天下午5点,天色已经灰暗,但是南京钟山国际高尔夫俱乐部的练习场上却依然齐刷刷地站着一排人在激情挥杆,时不时地还会相互之间讨论讨论,他们都是由现代快报、江苏都市网和钟山国际高尔夫俱乐部联合主办的“精英时代南京高尔夫首期培训班”的学员。昨天是培训班第一次开课,学员们都非常热情,而教练员传授的知识也让大家获益匪浅。



“我来试试”

### 长知识 终于看懂了指示牌

昨天的天气很冷,但却无法与学员们的热情相提并论,大家都早就来到了钟山国际高尔夫练习场。在简单的培训班开班仪式之后,钟山国际高尔夫的职业教练戴书兴便开始给学员们上了第一课。

要想学好高尔夫,必然要对高尔夫这项运动有个最基本的了解,因此戴教练的第一课便从介绍高尔夫的历史、器具、简单规则和礼仪等方面入手。这其中最吸引学员的就是,高尔夫球场上每个洞旁边的那个牌子上写着的那些数字和英文到底是什么意思,“每个球洞旁边的牌子上首先会有一个阿拉伯数字,就是告诉你这是球场的第几洞,然后在它的下方会有‘PAR’和‘HCD’两行英文,其中‘PAR’后面的那个阿拉伯数字就是表明标准杆是几杆,而‘HCD’后面的阿拉伯数字则是表明这个洞的难度系数,这个数字在1-18之间,数字越小表明难度越大。此外,这个牌子上还会有4个阿拉伯数字表示发球区到球洞的距离,而这4个数字前面分别都有一个黑色、蓝色、白色和红色的标志,分别表示4个不同的罚球区距离球洞的位置,而之所以要有4个发球

区,主要是区别于不同水平的球手使用。”

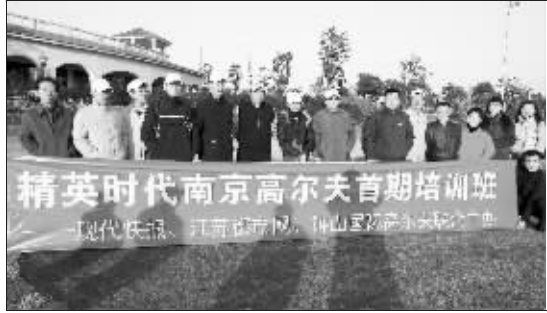
戴教练的讲解非常详细,而学员们也都听得非常仔细,一位女学员就表示:“以前还真的看不懂指示牌上到底是什么意思。”而在课程结束后,这位女学员甚至希望能够把教练上课用的碟片拷一份回家,“这些东西网上不一定都能找到,现在有了这张碟就方便多了。”

### 开眼界 职业教练指哪打哪

给学员们上完理论课之后,戴书兴教练向大家现场演示了一下各种球杆的用法,而他标准的姿势、超高的球技,赢得了学员的一片赞叹。

其实戴书兴不仅是职业教练,也是一位职业球员,在他的履历中,18洞的最好成绩达到了68杆。2007年欧米茄中国高尔夫巡回赛南京站比赛在钟山国际高尔夫举行,他还和“中国高尔夫第一人”张连伟同场竞技过。因此他的高尔夫水平在学员们眼中其实和泰格·伍兹没什么区别,1号木轻轻一挥,戴教练就把球开到了超过200码的地方。

这样的距离对普通学员来说实在难以实现,然而戴教练接下来的表演更加令人



本版摄影 快报记者 顾炜

咋舌,他不仅打得又高又远,而且还能指哪打哪,表演中,他好几次瞄准50码的指示牌,而球每次都会不偏不倚地落在指示牌的范围内。“比赛中根据不同情况需要打出不同距离的球,所以这也是球手训练的一堂必修课。”据专业人士透露,要想达到这样的水平,至少要打到几万颗球才行。

### 动真格 学员借装备来上课

教练表演完了,接下来便轮到学员们登台亮相了,这时记者才发现,不少学员带来的高尔夫球装备甚至不比职业球员的差,不过更让记者感到惊讶的是,一位学员竟然是为了来参加培训班,专程找朋友借来的装备,“难得有这样的机会向职业教练学习,我们肯定要提前做好准备嘛,所以我昨晚专门找

朋友借来了这个球包,还有一双高尔夫球鞋。”

事实上,来参加培训班的每一名学员都对高尔夫球有着浓厚的兴趣,“我以前也打过几次,而且很喜欢这项运动,但是水平实在是不怎么样,这次有这样的机会一定要把握住。”专程开车从马鞍山赶来的一位学员说道,“应该这么说,你们的这个培训班开得太好了,让我们这些想要投身于这项运动的人找到了组织。”

由于昨天有理论课,所以学员们的自由练习时间只有1个小时,不过在职业教练的指导下,仅仅1个小时的时间,大家的水平都有了一定的提高。“至少我现在能够打到球了。”一位学员笑着说道,“我相信这次培训班结束的时候,肯定会有更好的表现。”

快报记者 付智勇 陶晶

## 陆幽状告黄健翔一案 12月14日开庭

快报讯 央视美女记者陆幽状告黄健翔及三家网站一案,目前北京朝阳区法院已经受理。据称,该法院上周就已经确认黄健翔正式接到了传票,如果没有其他什么意外,此案将在今年12月14日开庭。

在11月25日传出陆幽已经起诉黄健翔及3家网站侵害其名誉案的消息后,此案原告陆幽就开始接到各方电话,包括她的律师也收到很多来自新闻界的采访电话,不过两人对多数采访均表示了沉默。昨天,记者从一位与黄健翔相熟的朋友处获悉,黄健翔确实已经收到了法院的传票,而且是限定他(或者律师)在2008年12月14日出庭。

昨天,准备打官司的陆幽开口了:“事实摆在面前,我相信法律。” (东方)

## 20岁以下女足世界杯 中国女足出局

新华社圣地亚哥11月26日体育专电(记者 赵凯)第四届20岁以下女足世界杯赛26日进行了小组赛的最后场比赛。在特木科举行的比赛中,中国队2:0力克美国队,但因为三场比赛仅积4分,惨遭淘汰。在另一场比赛中,欧洲新贵法国队3:1战胜弱旅阿根廷队,与提前出线的美国队携手晋级。

由于在上一场比赛中0:2不敌法国队,中国队只有赢得这场比赛才存在晋级的可能。美国队在这场比赛中派出了5名替补球员,中国队则在第52分钟和第58分钟依靠张蓉蓉的补射和刘树坤的远射以2:0取得领先,并将比分保持到终场。

# 快乐e团购您的省钱专家

登录江苏都市网(www.js.cn)团购频道,淘出便宜,购出快乐

致电 025-84783692 84783693,成为e团购加盟商。

### 我要买东西

1. 网络报名: 登录江苏都市网www.js.cn团购频道,选购商品。
2. 热线报名: 拨打快报96060热线报名。

### 冬季热门商品推荐

#### 锦凤兰暖冬鸭绒被

市场价 **1750元**  
团购价 **498元**

鸭绒被能吸收人体睡眠时散发的水分,不间断地将水分排到外面,使人感觉温暖舒适。规格:200×230cm 净重:2000克 面料:全棉 填充:100%鸭绒

另有锦凤兰蚕丝贡被,市场价:1375元 团购价:438元(规格:200×230cm;净重:1500克;面料:缎纹;填充:100%蚕丝)

#### 超长全包腿版狗毛护腿

市场价 **86元/对**  
团购价 **69元/对**

【成分】外层防风防水PU 内层100%狗毛

【规格】护腿总长:62CM 总宽:30CM 内层皮毛长:33CM左右 皮毛宽:17CM左右

超长全包腿版狗毛护腿由100%狗毛制作而成,加长加厚,保暖性极好。对于冬天驾驶摩托车、电动车的朋友,除了完全保护到最容易受风的膝盖以外,还照顾到小腿,避免回流风的袭击。外层防风防水PU材质,即使在雨天、雪天都能使用。

#### 远红外磁疗暖足宝

市场价 **228元**  
团购价 **146元**

俗话说得好:“暖人先暖脚”。只有脚温暖了,全身才会暖和。冬天老人坐在客厅看电视,虽说抱着个热水袋,但脚底还是寒气阵阵;学生熬夜用功,久坐书桌前,腿脚得不到活动,血液循环,容易脚冷生冻疮。现在有了这款远红外磁疗暖足宝可就什么都不怕了。

内置四位高频按摩球及多颗健康磁石;可拆卸式拉链设计,可针对人体其他部位进行按摩;高频按摩与温灸保暖功能单独切换工作。

#### 东菱多功能水果豆浆机(二代新品)

市场价 **558元**  
团购价 **398元**

新一代水果豆浆机,家庭的饮料中心。烧开水、打果汁、煮豆浆,特设精煮花生奶、玉米汁功能。

专利水龙头设计,操作简便,一键到位。强力旋风“X”形刀片,快速彻底打碎豆类及水果,高效节能。上下联动结构,附件全拆卸,清洗更方便。赠送价值30元的咖啡壶一个

#### 八一医院健康体检

三甲医院,专家体检。A/B/C三种套餐供您选择,还能享受9折优惠哦!

- A套餐** 市场价:181元  
男士:团购价:163元 再送900圆币  
女士:团购价:175元 再送970圆币
  - B套餐** 市场价:277元  
团购价:250元(男士) 288元(女士)
  - C套餐** 市场价:533元  
团购价:480元(男士) 519元(女士)
- 团购B、C套餐有更多圆币赠送。  
咨询电话:84783699 84783682

#### 【伊缘】天作之合 婚庆现场布置

市场价 **2880元**  
团购价 **2280元**

江苏都市网e缘婚庆频道,全新的婚庆品牌栏目。我们拥有创意无限的婚礼策划专家,实力雄厚的金牌司仪团队及众多摄像、化妆等专家,提供精心细致的服务,致力于为您度身定制独具创意的个性化婚礼。订购婚庆布置服务还送两箱诗蒂喜糖(推广装)和新娘美甲。同时还有更多惊喜等待着您。婚庆热线:84783660

#### 小家电大作用 美洁环保蒸汽清洁机 让繁重家务变轻松!

市场价 **298元**  
惊喜团购价 **188元**

这款美洁环保蒸汽清洁机只用清水,不需任何化学试剂,集清洗污渍、杀菌消毒、熨烫、除臭、洗车为一体,是当今世界上最先进的环保家用电器。

厂家促销,原团购价200元,现惊喜特惠价188元哦!

#### 神旗离子嫩肤仪

市场价 **368元**  
团购价 **200元**

冬天来了,皮肤干燥,没有时间去美容,怎么办?e团购带来一款离子嫩肤仪,小巧方便,在家或者办公室就能轻松美容,离子嫩肤仪可以补充皮肤水分,杀死皮肤细菌,抑制痤疮,减少皱纹,淡化色斑,促进胶原蛋白再生。

#### 秦邦吉品草鸡蛋

不含抗生素的生态散养草鸡蛋!

市场价:1.2元/枚  
团购价:  
套餐A:72元 买60枚生态散养草鸡蛋送价值1.5元/枚的初生蛋20枚,另赠二斤无公害红薯;

套餐B:144元 买120枚生态散养草鸡蛋,送价值1.5元/枚初生蛋20枚、价值1.5元/枚生态散养绿壳蛋10枚以及价值2元/枚生态散养双黄草鸡蛋10枚。

#### 冬天在家洗桑拿!

市场价 **876元**  
团购价 **398元**

折叠式桑拿浴箱运用熏蒸、桑拿SPA的原理,集排毒、减压、健体、养颜、减肥功效于一体,是风靡全球的家必备桑拿SPA产品。采用独特折叠设计,使用方便。踏板设计的内蒸汽循环系统,让箱内温度更均匀。主机采用三挡控温装置,可加入天然素材:芳香精油、矿物浴盐、牛奶等,让您在芳香桑拿SPA浴中尽情享受HomeSpa乐趣!

#### 外婆桥宝宝蚕丝睡袋

市场价 **511元**  
团购价 **280元**

蚕丝睡袋手感柔软舒适,保温性能好!睡袋圆领、阔肩设计,能保护小孩子的气管及肩膀,不易着凉。宝宝睡得贴身暖和,父母也可以安枕无忧了。  
产品规格:118×153cm 毛重:0.4kg  
面料:棉100% 填充物:100%蚕丝

#### 手部全套护理(赠送甲护)

寒冬来了,您的第二张脸——手,更需要精心呵护和美化,时尚印象美甲沙龙帮您改变从现在开始。

市场价:109元 团购价:29元  
手部全套护理:1.去角质。2.补水按摩。3.精华按摩,热敷。4.精华霜。  
赠送指甲护理:修型、护理甲油  
取券地址:洪武北路55号置地广场916室  
咨询电话:84783660  
注意事项:该优惠券只有10天抢购期哦,预购从速。节假日需提前预约。