

Yo me sé las REGLAS

NIVEL 1



Comité Técnico de Reglas

REAL FEDERACIÓN ESPAÑOLA DE GOLF





- 1.- Antes de Salir a Jugar
- 2.- En el Tee de Salida
- 3.- En el Área General
- 4.- En el Bunker
- 5.- En un Área de Penalización
- 6.- En el Green
- 7.- Al Finalizar la Vuelta

1

Marcar Bola



2

Horario de Salida
Área de Salida

3

Dropar, Colocar y Reponer
Impedimentos Suelos

3

Obstrucciones
Condiciones Anormales del Campo

3

Bola Fuera de Límites

5

AP Roja
AP Amarilla

3

Bola Empotrada
Bola Injugable

6

Marcar y Levantar
Lo que se puede hacer

4

Permitido
Prohibido

7

Anotar Resultados
Firmar y Entregar

3

1. Antes de
Salir

2. Área de
Salida

3. Área
General

4. Bunker

5. Área de
Penalización

6. Green

7. Al finalizar
la Vuelta

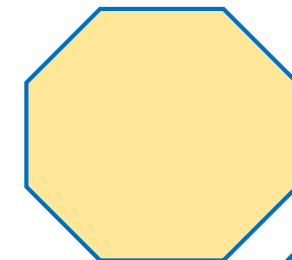
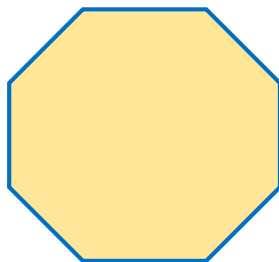
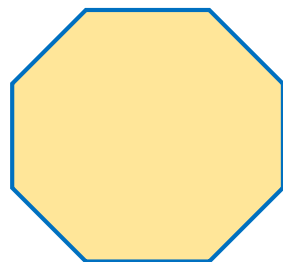


1



Marcar
la Bola

me sé
las
REGLAS



**ANTES DE SALIR
A JUGAR**

La bola conviene marcarla

a) La bola conviene marcarla:



- Durante el juego, necesitarás **identificar tu bola**.
- La única forma de asegurar que la bola que has encontrado es la tuya, es identificarla con una marca.
- Puedes marcar la bola de muchas maneras:



1. ANTES DE SALIR A JUGAR

6

- ¿Qué pasa si no has marcado la bola y no eres capaz de identificarla?



1) Que la bola **se considerará perdida** y tendrás que repetir el golpe con su **Penalización** correspondiente.



2) Que te equivoques y juegues una bola que **no es la tuya**: eso puede conllevar incluso una **descalificación** por jugar *bola equivocada*.



1. ANTES DE SALIR A JUGAR

7

Así que, antes de salir a jugar, ¡**SIEMPRE** deberías **marcar tu bola**!

1) Utiliza un rotulador permanente.



2) Puedes poner tus iniciales, puntos de colores o de cualquier forma que te ayude a reconocer siempre cuál es tu bola.



3) Haz una **marca bien visible** o en **diferentes sitios** de la bola, para poder identificarla más fácilmente (p.ej. en un árbol, en un lago, en un bunker, etc.)





Pregunta: ¿Crees que **Jon Rahm** también marca su bola?



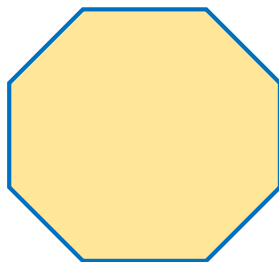
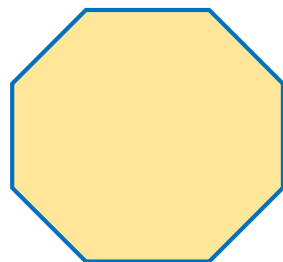


Área de
Salida

me sé
las
REGLAS



Horario



EN EL TEE
DE SALIDA

a) Qué es el “Área de Salida”?

Es el Área desde la que el jugador debe **comenzar el hoyo** que va a jugar.

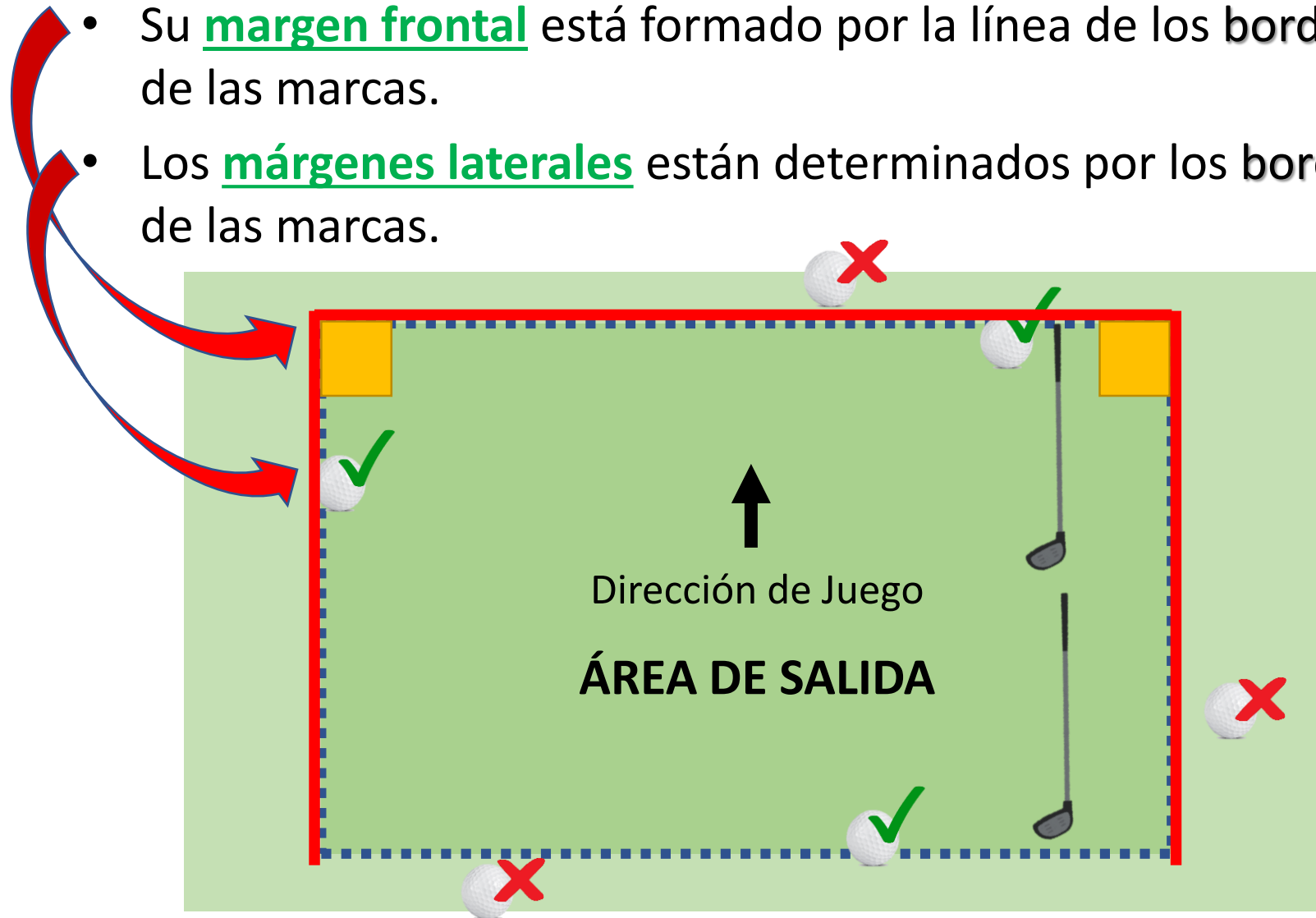


2. EN EL TEE DE SALIDA

11

El **Área de Salida** es un rectángulo de **2 palos de longitud** de profundidad, donde:

- Su margen frontal está formado por la línea de los bordes delanteros de las marcas.
- Los márgenes laterales están determinados por los bordes exteriores de las marcas.

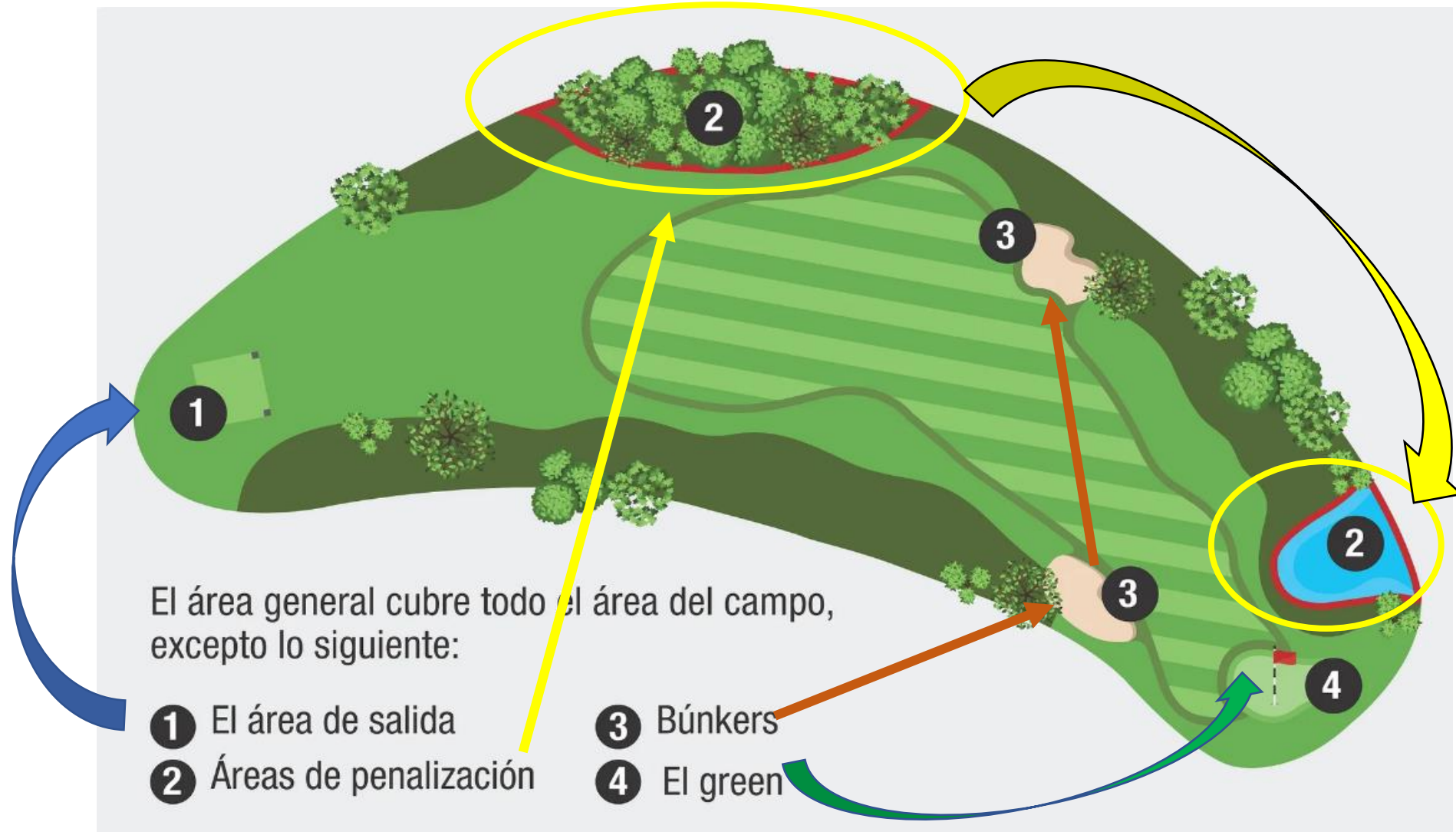


- ✓ *Dentro del Área de Salida*
- ✗ *Fuera del Área de Salida*

2. EN EL TEE DE SALIDA

12

- El **Área de Salida** es una de las cinco áreas del campo. Vamos a repasar las **áreas del campo**...





¿Qué debemos tener en cuenta en el **Área de Salida**?

- Llegar **SIEMPRE** con tiempo suficiente a nuestra **hora de salida**
- Eso significa que hay que estar preparado para jugar a la hora de salida y en el lugar señalado





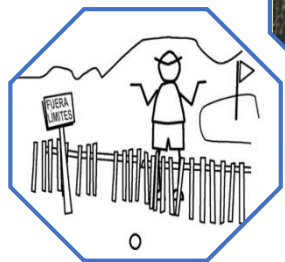
me sé
las
REGLAS



Dropar, Colocar,
Reponer



Impedimentos
Sueltos



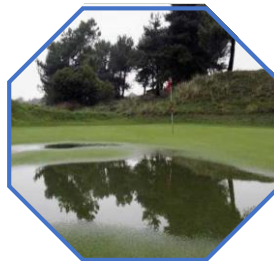
Bola Perdida
Fuera de Límites



Bola
Injugable



Bola
Empotrada



Condiciones
Anormales
Campo

EN EL AREA
GENERAL

a) **Dropar**, Colocar y Reponer

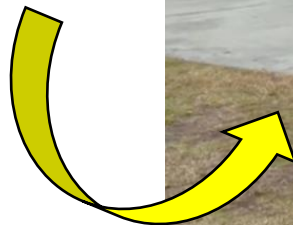
➤ ¿Qué significa **dropar** una bola?

En algunas ocasiones, **se necesita tomar alivio** bajo alguna regla para poder seguir con el juego, por ejemplo:

- ✓ Cuando una bola entra en un Área de Penalización.
- ✓ Cuando el jugador considera su Bola Injugable.
- ✓ Cuando la bola reposa sobre un camino.



Y para tomar alivio tendrás que **DROPAR** una bola...



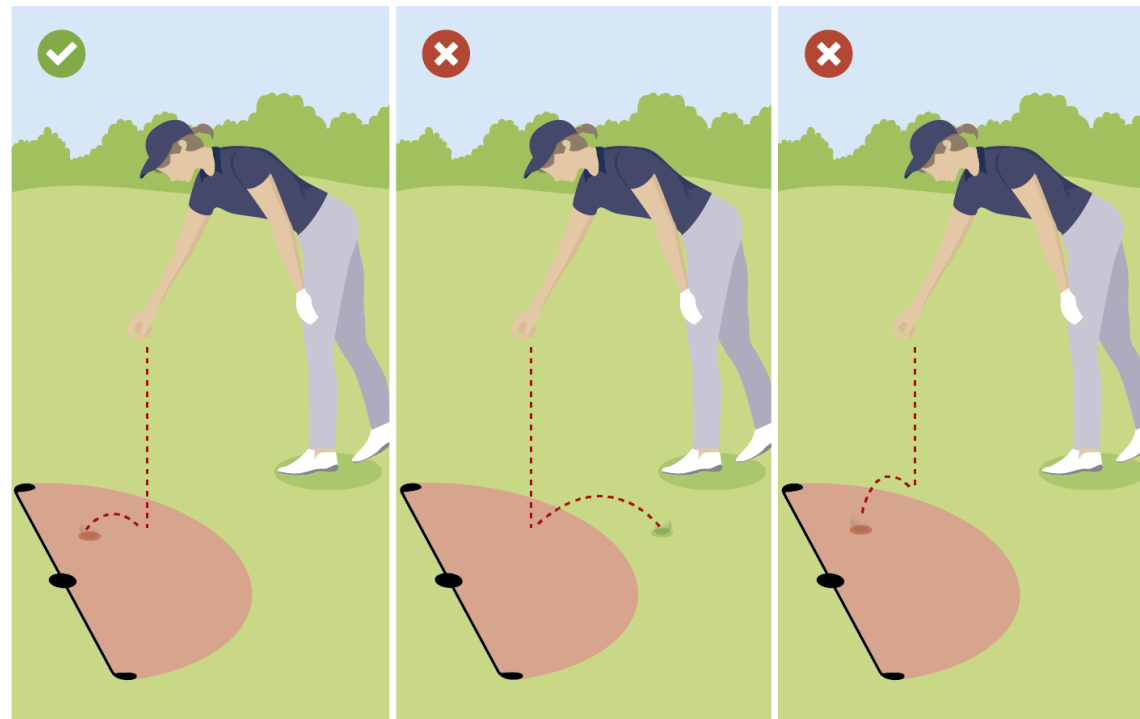
a) Dropar, Colocar y Reponer

- ¿Cómo se dropa correctamente? Sosteniendo la bola a la altura de la rodilla y dejándola caer
- La bola **NO** la puedes lanzar, ni hacerla girar o rodar
- La bola debe ser dropada desde la altura de la rodilla, sin que te toque a ti o a tu equipamiento **ANTES** de golpear el suelo



a) **Dropar**, Colocar y Reponer

- ✓ La bola tiene que ser dropada en el área de alivio que determine la Regla que se aplique (*1 o 2 palos*), y acabar reposando en ese área de alivio.
- ✓ Si la forma de dropar no es correcta, debes repetirlo.



a) Dropar, **Colocar** y Reponer

➤ ¿Qué significa **colocar** una bola?

Sostener una bola, posarla y soltarla, para ponerla en juego.

✓ Por ejemplo, cuando aplicamos la regla de invierno estamos colocando una bola.

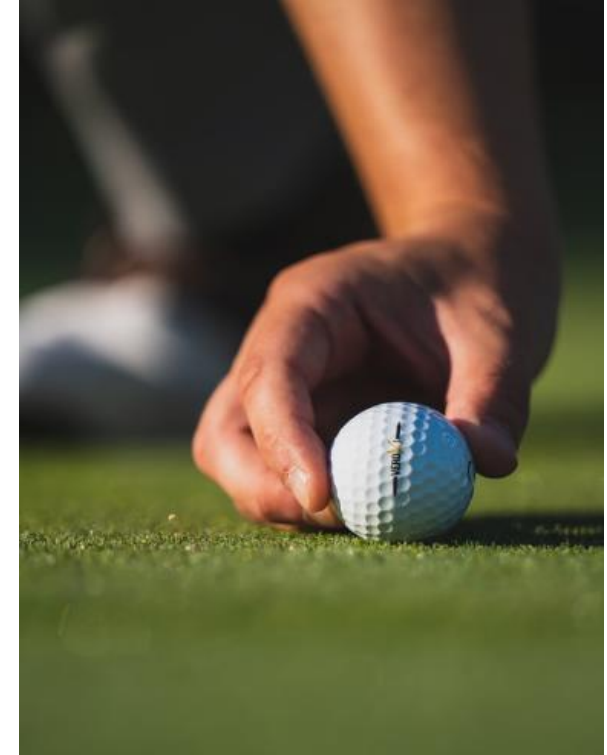


a) Dropar, Colocar y **Reponer**

➤ ¿Qué significa **Reponer** una bola?

Colocar una bola en el punto exacto donde la bola debe ser repuesta:

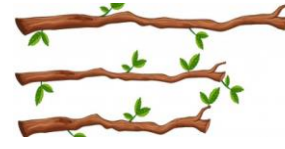
- ✓ Por ejemplo, en el green cuando el jugador marca y levanta su bola, para volver a jugar debe reponer la bola en el punto de reposo original.
- ✓ También, si mueves accidentalmente la bola cuando la estamos buscando, debes reponerla en su punto de reposo original.



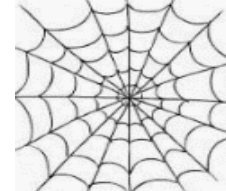
b) Quitar Impedimentos Suelos

➤ ¿Qué son los **Impedimentos Suelos**?

Un impedimento suelo es cualquier **objeto natural** suelo como **piedras**, hierba suelta, **hojas**, **ramas**, palos y trozos de tierra compactada.



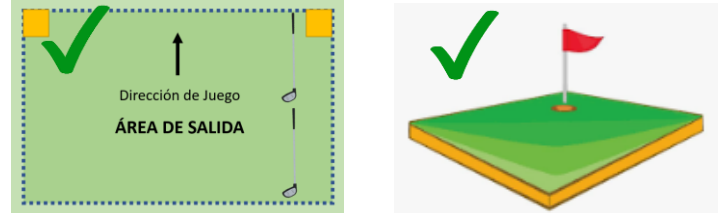
✓ También son impedimentos suelos **animales muertos**, los desechos y **excrementos** de animales, así como **lombrices**, **insectos** y animales similares, y los **montoncitos o telarañas** que hacen.



b) Quitar Impedimentos Suelos

- Puedes quitar los Impedimentos Suelos Sin Penalización en cualquier parte del **campo** y puedes hacerlo con la mano, el pie, un palo u otro equipamiento. 👍
- Pero debes tener cuidado de que tu bola NO se mueva cuando los quitas, ya que, **excepto en Green o en el Área de Salida**, si ocurriese tendrías que reponer la bola y apuntarte 1 Golpe de Penalización 🙅
- Debes tener en cuenta que la **arena** y la **tierra suelta**, el **rocío**, la **escarcha** y el **agua** NO son Impedimentos Suelos y no puedes quitarlos.


- Sin embargo, se puede quitar la arena y la tierra suelta que están **en el Green o en el Área de Salida**, SIN Penalización.



c) Condiciones Anormales del Campo (Alivio)

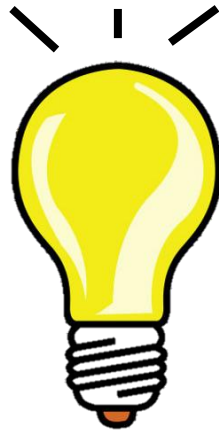
➤ Uno de los principios básicos del Golf nos dice:



“Juega la bola como reposa y el campo como lo encuentres”

Pero a veces, no es posible cumplir este principio, porque nos interfieren lo que se llaman “**Condiciones Anormales del Campo**”.

Y cuando esto ocurre las reglas de golf nos dan **soluciones** que nos permiten seguir jugando, como es la *posibilidad de tener alivio* **SIN PENALIZACIÓN**.



3. EN EL AREA GENERAL

23

c) Condiciones Anormales del Campo

➤ ¿Cuales son las **Condiciones Anormales del Campo**?

✓ Agua Temporal



✓ Terreno en Reparación



✓ Agujero de Animal



✓ Obstrucciones Inamovibles



c) Condiciones Anormales del Campo (Alivio)



Se permite el alivio SIN penalización de una Condición Anormal del Campo, cuando **tu bola toca o está sobre** la condición anormal, o cuando te molesta en el **área de tu colocación** o en el **área de tu swing**.



- Para aliviarte debes buscar el **PUNTO MÁS CERCANO**, donde no tengas ya la interferencia de la Condición Anormal del Campo y, eso sí, **sin acercarte al hoyo**.
- Pero si tu bola está en un Área de Penalización **NO** podrás aliviarte, porque para ello esas áreas tienen su propia regla (CON Penalización).

d) Bola Empotrada

Es bastante frecuente, sobre todo en invierno, que la bola **se empotre en el terreno en su propio impacto**, y cuando esto ocurre, las reglas nos conceden alivio **SIN PENALIZACION**, si la bola se empotra en el Área General.



Bola Empotrada
en el Área
General

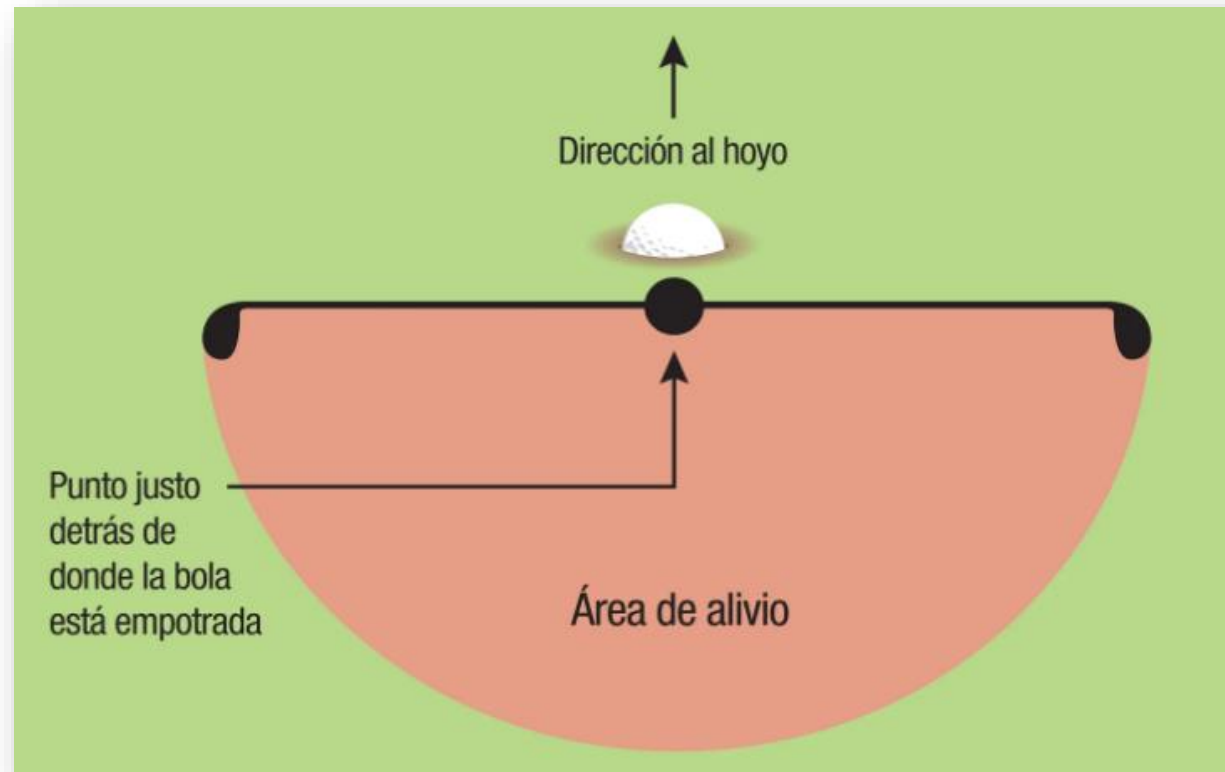


ATENCIÓN: ¡Esta regla **NO SIRVE** cuando tu bola está empotrada en un Bunker o en un Área de Penalización!



d) Bola Empotrada

- El procedimiento de alivio para la **bola empotrada** es muy fácil, pues el punto desde donde se debe medir el área de alivio para dropar, es el punto justo detrás en el área general de donde tu bola está empotrada.

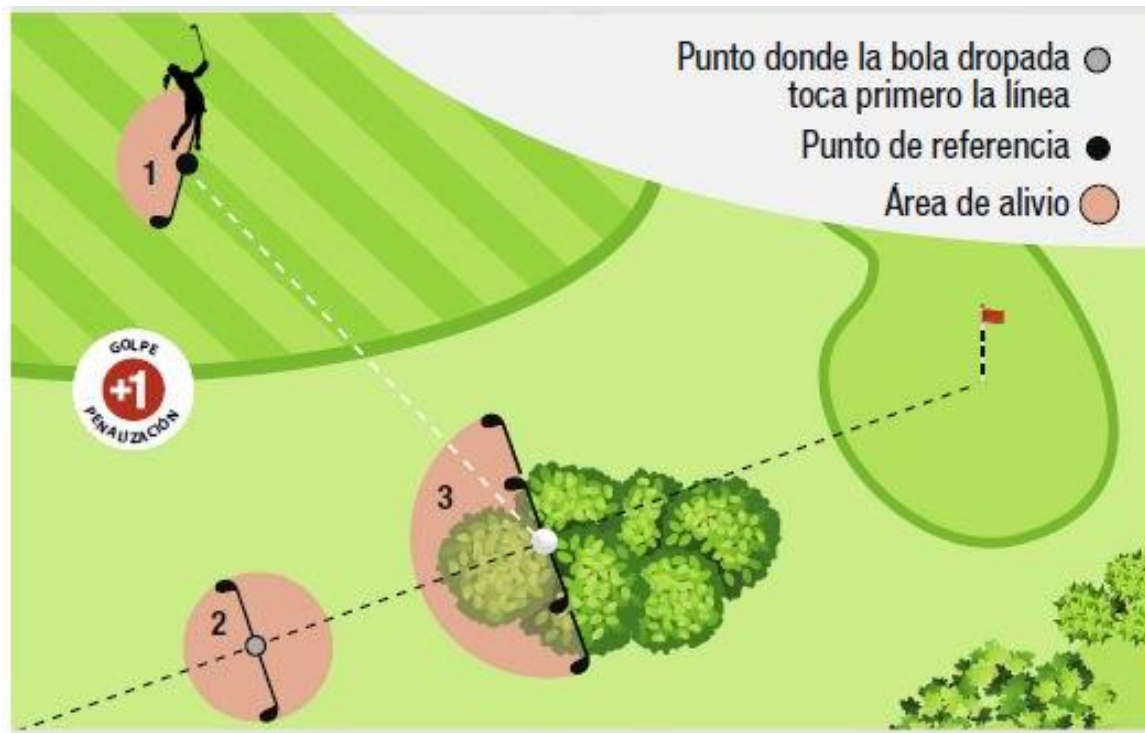


e) Bola Injugable

- Puedes considerar tu **Bola Injugable** en cualquier lugar del campo (excepto en un Área de Penalización, que como ya sabes, tiene su propia regla de alivio).
- Es una decisión tuya, y puedes hacerlo siempre que quieras.
- Una vez que consideres tu Bola Injugable, tienes **TRES OPCIONES**, todas ellas con 1 Golpe de Penalización.



e) Bola Injugable



- ✓ (1) Volver a jugar desde donde diste el último golpe ([Golpe y Distancia](#)).
- ✓ (2) [Alivio en Línea Hacia Atrás](#) dropando una bola en la línea que va desde el hoyo y pasa por el punto donde está tu bola original y sin límite de distancia hacia atrás.
- ✓ (3) [Alivio Lateral](#) dropando una bola dentro del área de alivio de dos palos, que tienes que medir desde donde está tu bola.

f) Obstrucciones (Movibles e Inamovibles)

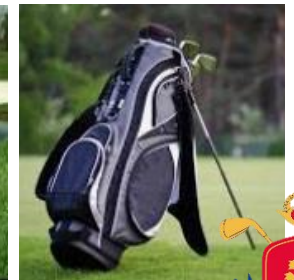
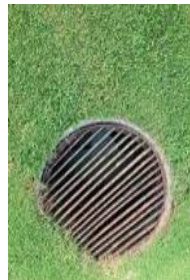
- ✓ Las **Obstrucciones** pueden ser Movibles o Inamovibles.



Aquellas que se pueden mover fácilmente y sin dañar la obstrucción o el campo.

 **¡¡Cuidado!!** las marcas de salida, no debes moverlas cuando vas a jugar desde el Área de Salida.

Aquellas que **NO** se pueden mover sin un esfuerzo, o sin dañar la obstrucción o el campo.



f) Obstrucciones Movibles e Inamovibles (Alivio)

➤ Obstrucciones Movibles.

- ✓ Puedes **quitar** una Obstrucción Movible SIN Penalización de cualquier parte del campo o fuera del mismo y puedes quitarla de cualquier manera.

Si la bola se mueve al quitarla, NO hay Penalización y debes reponerla. 👍

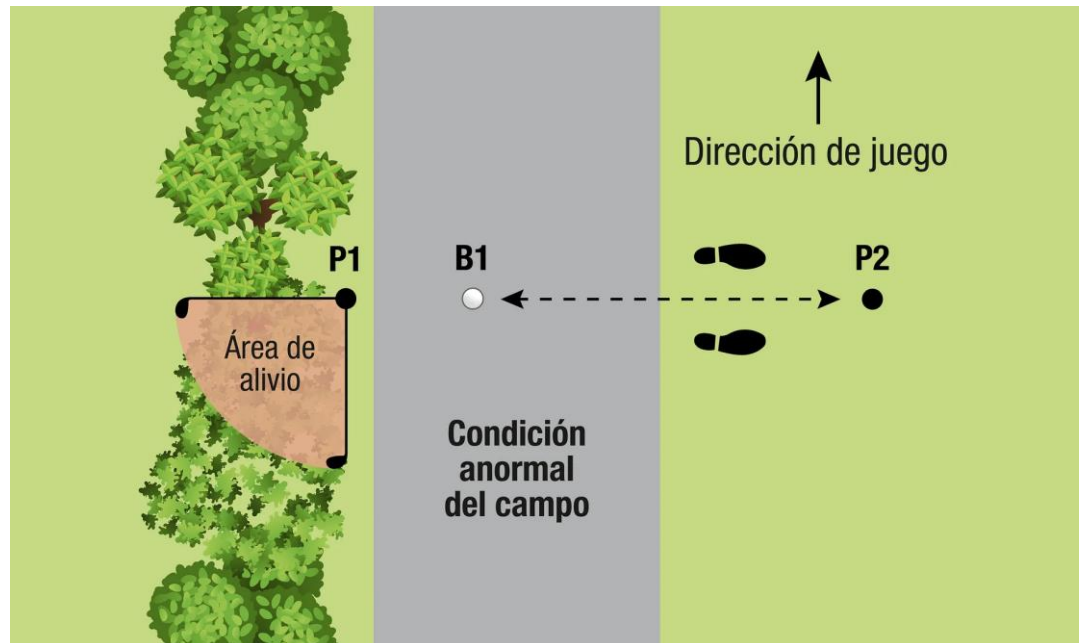


f) Obstrucciones Movibles e Inamovibles (Alivio)

➤ Obstrucciones Inamovibles

Las Obstrucciones Inamovibles se consideran **Condiciones Anormales del Campo**, y por ello se permite el **alivio SIN penalización**, cuando tu bola toca o está sobre la obstrucción inamovable, o ésta molesta para tu colocación o en el área de tu swing. ↷

- Para aliviarte debes buscar el **PUNTO MÁS CERCANO**, donde no tengas ya la interferencia de la Condición Anormal del Campo, y siempre **sin acercarte al hoyo**.



g) Bola Perdida/Fuera de Límites/Provisional

➤ Bola Perdida

¿Qué es una Bola Perdida? ¿Cuándo se considera que está Perdida?

- ✓ Una Bola está **Perdida** cuando no la encuentras antes de **tres minutos** desde que comenzaste a buscarla.

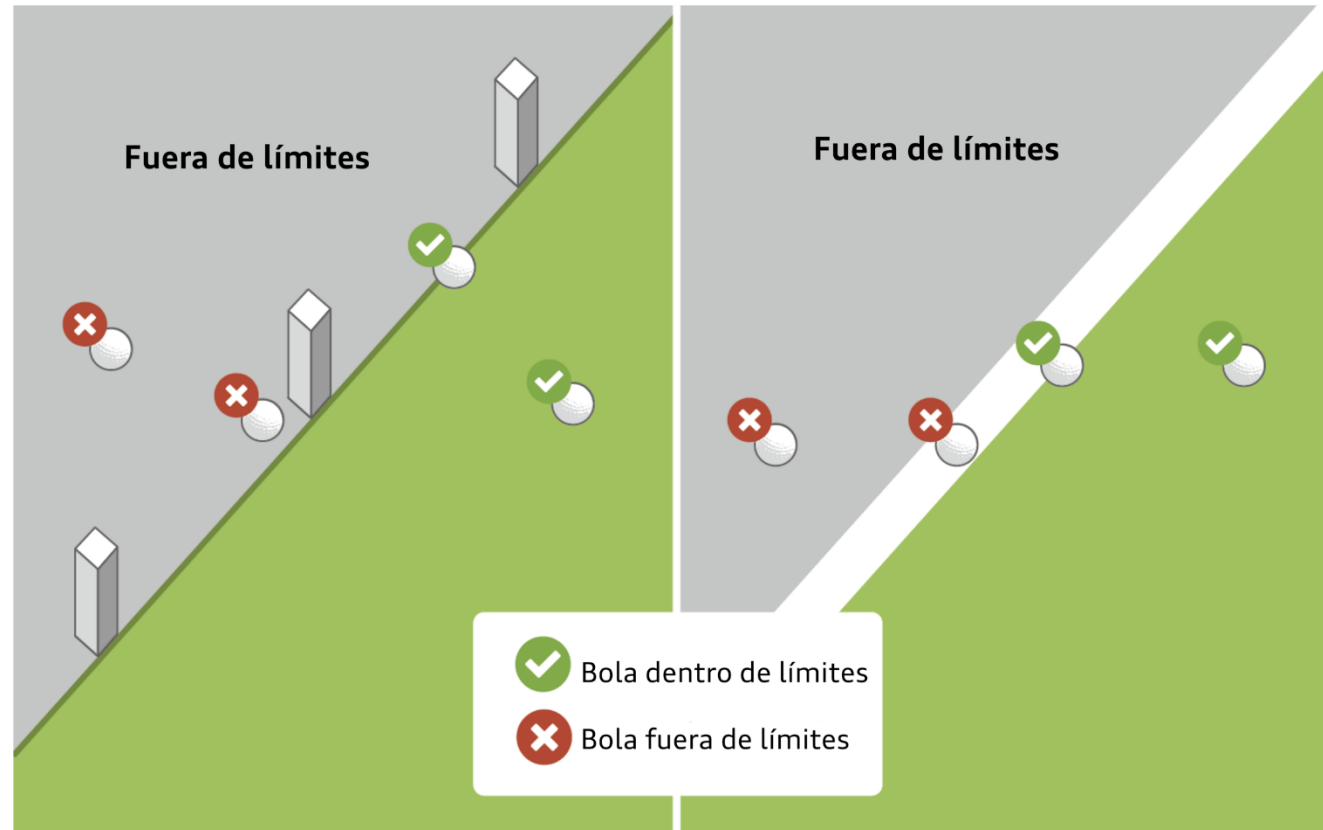
Cuando no la encuentras en ese tiempo, tienes que jugar desde donde diste el golpe anterior y añadir **1 Golpe de Penalización**: es decir, “**Golpe y Distancia**”.



g) Bola Perdida/**Fuera de Límites**/Provisional

➤ Bola Fuera de Límites

Cuando una bola está **Fuera de Límites** (es decir, toda ella reposa fuera de límites), **NO** se puede jugar y se aplica también la regla de “**Golpe y Distancia**”.



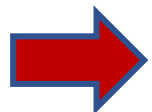
g) Bola Perdida/Fuera de Límites/**Provisional**

➤ Bola Provisional

Para ahorrar tiempo, si crees que tu bola está perdida o fuera de límites puedes jugar una **Bola Provisional**.



COMUNICADO
IMPORTANTE



Debes decir las palabras “**Bola Provisional**” o indicar claramente que esa es tu intención.



“Voy a
Jugar una
Bola
Provisional”

4



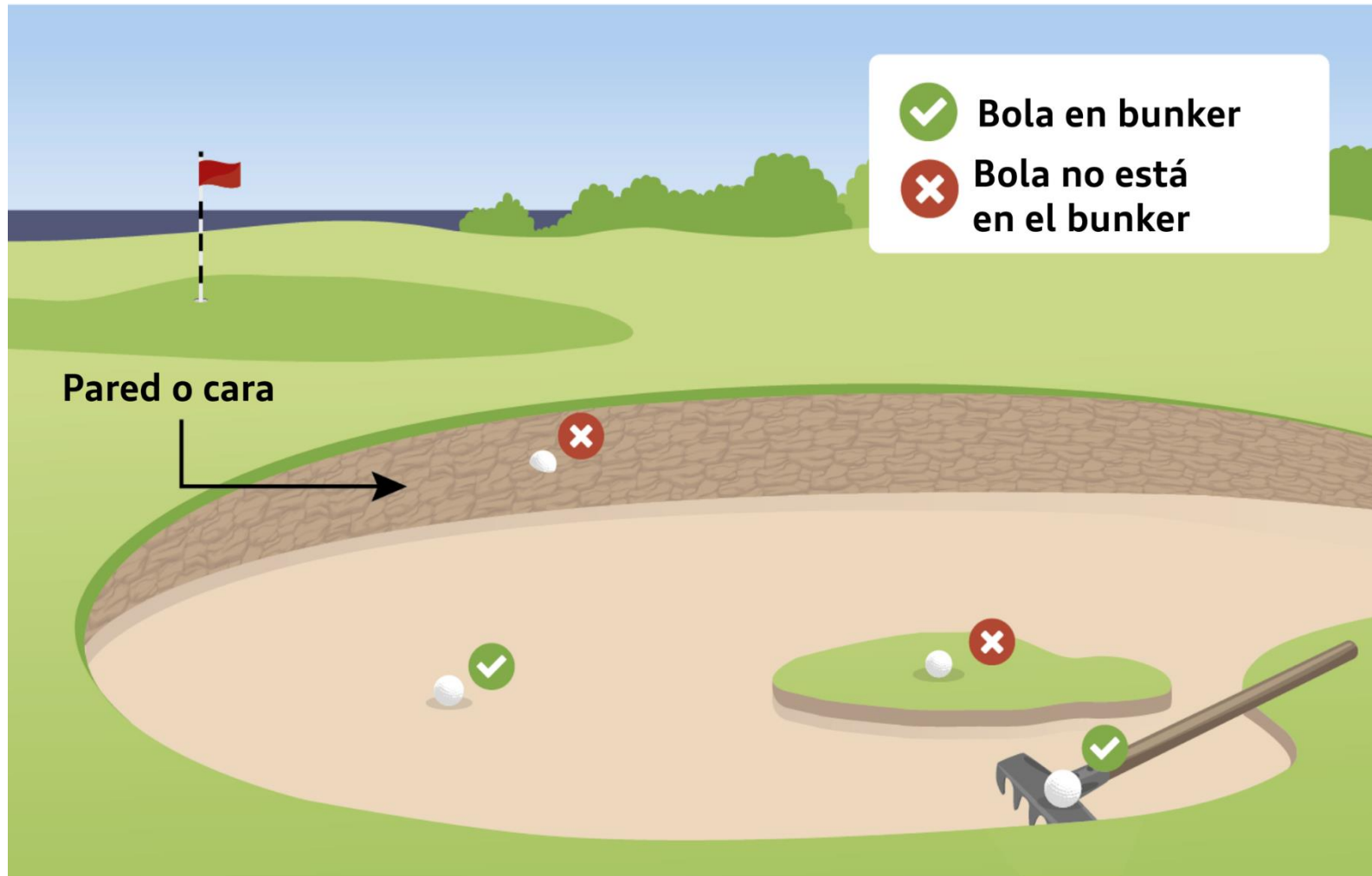
me sé
las
REGLAS



EN EL
BUNKER

4. EN EL BUNKER

El **BUNKER** es un área especialmente preparada con arena y que tiene reglas especiales que debes conocer si no quieres tener alguna penalización.



4. EN EL BUNKER

37

a) Lo que **SÍ se puede hacer**

➤ En un Bunker tienes permitido:

✓ **Quitar Impedimentos Suelos y Obstrucciones Movibles.**



Recuerda: Debes tener cuidado al quitar los Impedimentos Suelos, porque si al quitarlos mueves tu bola, tendrás **1 Golpe de Penalización** y debes reponer la bola en el lugar donde estaba.

✓ Tocar la arena **hundiendo los pies** para un swing de práctica o el golpe.

✓ **Colocar palos** u otro equipamiento en el bunker.

✓ **Apoyarte** en el palo para descansar o evitar caerte.



4. EN EL BUNKER

38

b) Lo que **NO se puede hacer**

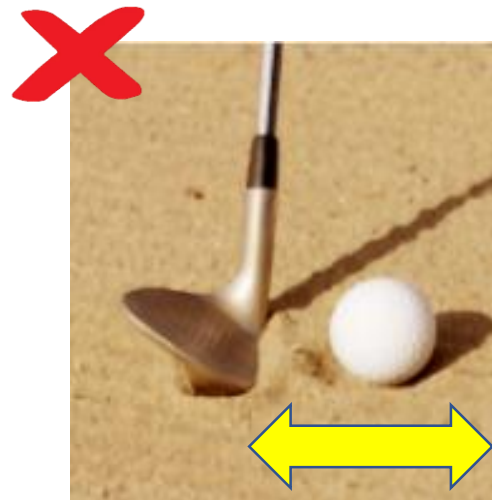
➤ En un Bunker **NO** tienes permitido:

✗ **Tocar la arena intencionadamente** con la mano, un palo u otro objeto para probar su estado.

✗ **Apoyar** tu palo justo **delante o detrás de tu bola.**

✗ **Tocar la arena** con el palo al hacer un **swing de práctica**, o al llevarlo hacia atrás (en la **subida del palo**) para ejecutar el golpe.

⚠ Cualquiera de estas acciones **NO permitidas** tiene una **Penalización de 2 Golpes**. ⚠





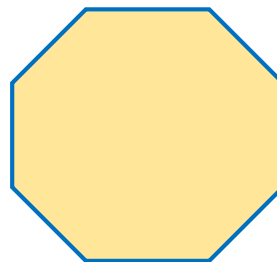
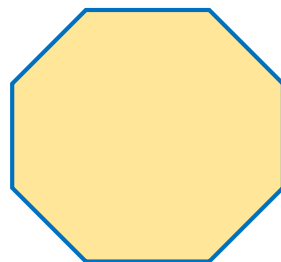
Yo me sé
las
REGLAS



Área de Penalización
ROJA



Área de Penalización
AMARILLA



**EN UN AREA DE
PENALIZACION**

5. EN UN AREA DE PENALIZACIÓN

40

a) Estacas **Rojas**/Estacas **Amarillas**

➤ ¿Qué es una Área de Penalización?

Un área desde la cual el alivio con **1 Golpe de Penalización** está permitido, si la bola del jugador está en ese área.



b) Opciones de Alivio

Hay dos tipos de Áreas de Penalización (**Amarillas** y **Rojas**) y el color es el que determina las opciones de alivio que tienes.

- Si tu bola está en un **Área de Penalización Amarilla** tienes dos opciones para aliviarte, las dos con **1 Golpe de Penalización**:

- ✓ **1. Tomar alivio por Golpe y Distancia**, es decir jugando una bola desde el lugar donde se realizó el golpe anterior.
- ✓ **2. Tomar alivio en Línea Hacia Atrás** dropando una bola, manteniendo el punto X (que es por donde entró la bola) entre el hoyo y el punto donde vas a dropar.



5. EN UN AREA DE PENALIZACIÓN

42

b) Opciones de Alivio

➤ Si tu bola está en un **Área de Penalización Roja** tienes **3 opciones para aliviarte**, todas con **1 Golpe de Penalización**:

✓ Las dos que tienes para el Área de Penalización Amarilla, (es decir, **Golpe y Distancia** y en **Línea Hacia Atrás**), **Opciones 1 y 2**.

✓ 3. Tomar **Alivio Lateral**. El punto de referencia para tomar alivio es el **punto X** (por donde cruzó la bola el margen), y debe droparse y jugarse desde un Área de Alivio de 2 palos de longitud, que no esté más cerca del hoyo que el **punto X**.



6



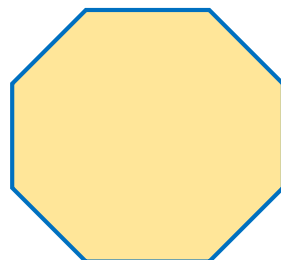
me sé
las
REGLAS



Marcar y
Levantar



Permitido

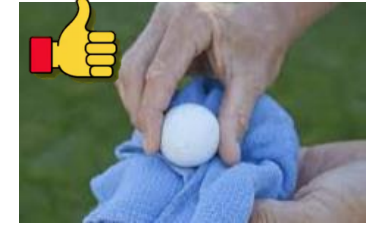


Prohibido

EN EL
GREEN

a) Levantar y Marcar

- En el **GREEN** puedes **MARCAR**, **LEVANTAR** y **LIMPIAR** tu bola, y la debes **REPONER** siempre en el mismo punto donde fue levantada.

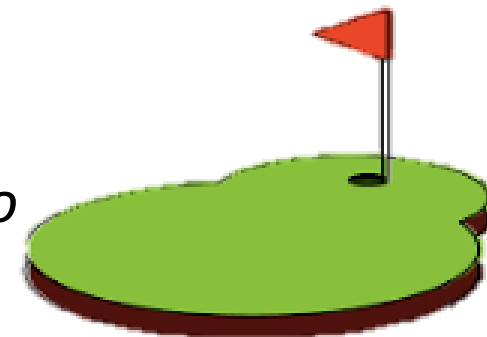


- Para marcar la bola debes usar un **OBJETO ARTIFICIAL** (tee, marcador de bola, moneda, etc.).



Recuerda que:

- En el Green puedes **quitar Arena y Tierra Suelta SIN Penalización** (pero esto no lo puedes hacer en ningún otro lugar del campo, excepto en el Área de Salida).

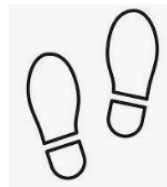


b) Qué puedes hacer en el Green.

👍 Puedes **quitar Arena y Tierra Suelta SIN Penalización**

👍 También puedes **Reparar daños SIN Penalización**, como por ejemplo:

- ✓ Piques de bola.
- ✓ Marcas de Zapatos.
- ✓ Tapones de hoyos antiguos.
- ✓ Rasguños hechos por maquinaria de mantenimiento.
- ✓ Huellas de animales.
- ✓ Objetos empotrados, como piedras o bellotas.



👍 También puedes **retirar Impedimentos Suelos de tu Línea de Juego**. Puedes hacerlo de varias maneras: barriéndolos hacia un lado con la mano, con el putt, con la gorra, toalla, etc.

b) Qué **NO** puedes hacer en el Green



¡Ten en cuenta que...!



NO puedes reparar imperfecciones naturales de la superficie (y si lo haces tendrías **2 Golpes de Penalización** en ese hoyo), como por ejemplo:

✗ Hongos.



✗ Malas hierbas.



✗ Agujeros de aireación.



✗ Desgaste natural del hoyo.



✗ Riego, rocío, lluvia u otras fuerzas naturales.



7



me sé
las
REGLAS



**AL FINALIZAR
LA VUELTA**

7. AL FINALIZAR LA VUELTA

48

a) Marcador, anotación de resultados

- El **marcador** que te ha acompañado en la partida es el responsable de **comprobar y anotar tu resultado**, que deberás comprobar con él después de finalizar CADA HOYO.



b) Firmar, entregar Tarjeta

- Al entregar la Tarjeta de Resultados, debes asegurarte que los resultados de cada hoyo son correctos, y que están tu firma y la del marcador.
- Se necesita muy poco tiempo para comprobar que todo está bien, así que **HAZLO SIEMPRE** y evitarás problemas (¡¡incluso la descalificación!!). 



Nombre: John Smith Handicap: 5 Fecha: 09/07/19

Hoyo	1	2	3	4	5	6	7	8	9	Out
Par	5	4	4	4	4	5	3	4	4	37
Resultado	5	5	5	4	3	5	4	3	4	38

Hoyo	10	11	12	13	14	15	16	17	18	In	Total
Par	3	4	5	3	4	5	3	4	4	35	72
Resultado	3	4	4	4	5	5	4	3	4	36	74

NET: 69

Responsabilidades

-  Comité
-  Jugador
-  Jugador y Marcador

Firma del Marcador: 

Firma del Jugador: 

Yo me sé las REGLAS



Ahora a por el

NIVEL 2!

