

မာတိကာ

အဆင့်မြင့်ဂေါက်သီးရိုက်အားကစားနည်းပြဆရာ ဦးကိုကိုလေး၏ အမှာစကားက
 စာရေးသူ၏ အမှာစကား ခ
 ဂေါက်သီးရိုက်ကစားခြင်းဆိုင်ရာ ပြဿနာများ အဖြေရှာကြည့်ပါ..... ဘ
 ဂေါက်သီးကစားသူတို့၏ ဒဿနအလှ..... ဝါ

အခန်း (၁) ဂေါက်သီးကစားသူတို့ လိုက်နာရမည့်ကျင့်ပတ်နိတိ ၇
 ဂေါက်သီးရိုက်သမားကျင့်ပတ်မျိုး ယွင်းမှု

အခန်း (၂) ဂေါက်ကွင်းနှင့်ဂေါက်တံအကြောင်း ၁၆
 ဂေါက်စည်းမျဉ်းဘယ်ကစခဲ့ပါသလဲ။ ဒေသန္တရစည်းမျဉ်းဆိုသည်မှာ အဘယ်နည်း။ မြန်မာ
 ဂေါက်လောကအစ မြန်မာဂေါက်ကလပ်၊ ကဒ်ဒီဆိုတာ ဘာလဲ။ အက်ဇစ်လိုင်းနဲ့ ပရ
 ဖားလိုင်းဆိုတာ ဘာလဲ။ ဟင်ဒီကပ်ဆိုတာ ဘာလဲ။ system 36 တွက်နည်း။ Stoke Index
 ဆိုတာ ဘာလဲ။ ဘယ်နှစ်ကျင်းပေးသင့်ပါသလဲ။ ကွင်းအလိုက် မတူညီသော Handicap၊
 လူအလွဲနှင့် အခေါ်အပေါ်၊ ဂေါက်တံနှင့် သီမှတ်ဖွယ်ရာများ။ သဲကျင်းရိုက်တုတ် တီထွင်သူ
 နှင့် မြန်မာ့ဂေါက်ကွင်းအချို့၏ ဓလေ့ဖြစ်ပေါ်ပုံ၊ ဂေါက်တံပြောင်းလဲခြင်း၊ ပတ်တီးစည်းခြင်း၊
 ပါတနာအချင်းချင်း ဂေါက်တံမျှသုံးခြင်း။

အခန်း (၃) ဂေါက်သီးစရိုက်ကြည့် ၂၉
 တီရန်ပေါ်မှာ တရားမပင်တီ ရိုက်ရန်အလှည့်နှင့် တီရန်၊ ဂေါက်သီးအား ရည်ရွယ်ချက်ဖြင့်
 ရိုက်ခြင်း၊ မတော်တဆရိုက်မိခြင်း၊ ဘောလုံးကို တစ်ကြိမ်ထက်မက ထိခြင်း၊ တီရန်အနီး
 လှေ့ကျင့်ခြင်း၊ ဂေါက်ကွင်းထဲက အဟန့်အတားများ၊ ခြံစည်းရိုးပိတ်ဆို့မှု၊ ရွေ့နေသော
 ဘောလုံးကို ရပ်စေခြင်း၊ လမ်းကြောင်းပြောင်းစေခြင်း၊ ရပ်နေသော ဘောလုံးအား ရွေ့စေ
 ခြင်း၊ ဂေါက်ကွင်းထဲက တိုင်များ။

အခန်း (၄) ဘန်ကာ၊ ပါးတားဟဲဇတ်၊ လစ်ထရယ်ပါးတားဟဲဇတ်နှင့် ရိုက်ခွင့်မရှိသောနေရာ ၄၁
 Back Swing တွင် သတိပြုစရာများ၊ ဘန်ကာအတွင်း ကစား၍မရသော အခြေအနေ၊
 လစ်ထရယ် ပါးတားဟဲဇတ် L.W.H နှင့် ပါးတား ဟဲဇတ် W.H ကွာခြားချက်များ၊ ရိုက်ခွင့်
 မရှိသောနေရာ၊ ကစား၍မရနိုင်သော ဘောလုံး၊ ပြုပြင်ဆင်နေရာ ပတ်ဝန်းကျင်ထိခိုက်လွယ်
 သောနေရာ။

အခန်း (၅) ဘောလုံးလွှတ်ချခြင်း..... ၅၄
 ဖရီးဒရော၊ ဘောလုံးနေရာမှတ်ခြင်း၊ ဘောလုံးအား ပြန်လည်လွှတ်ချရမည့် အခြေအနေ
 များ၊ တုတ်တစ်ပြွန်၊ တုတ်နှစ်ပြွန် ကွာခြားချက်၊ ဒရောယူခဲ့သော ပစ္စည်းနှင့် လုံးဝလွတ်
 ရမည်။ Thomas LEVETT ၏ +၂ အပြစ် ဒဏ်ရခဲ့သည့်ဖြစ်ရပ်၊ အနီးဆုံးသက်သာခွင့်
 ရသည့်နေရာ။

အခန်း (၆) ဂရင်းပေါ်မှာ (ON THE GREEN) ၆၁
 ကျင်းပင်ခြင်း၊ ဂရင်းပေါ်မှာ တည်ထားသော ဘောလုံးကျင်းပင်ခြင်း၊ တည်ထားသော
 ဘောလုံး ရေကျခြင်း၊ ပတ်တင် Putting Ball ဘောလုံးလဲခြင်း၊ ဂရင်းပေါ်မှာ လှုပ်နိုင်တဲ့
 ကိစ္စ ၁၀ မျိုး၊ အလံတိုင်၊ ကျင်းနှုတ်ခမ်းပက ဘောလုံးအရာ။

အခန်း (၇) အထွေထွေမှတ်စု (GENERAL NOTES)..... ၇၁
 အစားထိုးဘောလုံး၊ မသေချာရင် ဘောလုံးနှစ်လုံး ရိုက်ပါ။ ပျောက်ဆုံးဘောလုံး ယာယီရေ
 ဆိုတိုင်း ဖရီးဒရောမရ ကစားနေစဉ် ခြောက်ထောက်နေရာယူပြီး ဘောလုံးရွှေ့ခြင်း၊
 ဘောလုံးသန်ရှင်းရေး မလုပ်နိုင်သော နေရာများ၊ ကစားရန်နေရာ တည်ဆောက်ခြင်း၊
 သတင်းအချက်အလက်ရယူခြင်းနှင့် အကြံဉာဏ်တောင်းခံခြင်း ကွဲပြားပါစေ၊ အပြစ်ဒဏ်
 +၁ ချက်နှင့် အပြစ်ဒဏ် +၂ ကွာခြားချက်၊ စကိုးကဒ်၊ ပြိုင်ပွဲတွင် နောက်ကျခြင်း၊ မလျော်
 သော ကြန့်ကြာမှု၊ ပလပ်ဘောခေါ် နှစ်မြှုပ်နေသော ဘောလုံး၊ အဆုံးအဖြတ်ပြိုင်ပွဲမှ
 ထုတ်ပယ်ခြင်း၊ ခြစ်ပေါ်လာနိုင်သော ဥပဒေပြင်ဆင်ချက်များ။

အခန်း (၈) အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုချက်များ ၈၅
 ကျမ်းကိုးစာရင်း ၉၈
 ကိုယ်ရေးအတ္ထုပ္ပတ္တိအကျဉ်း ၉၉