MENTALTRAINING: Stefan Quirmbach (li.) und Maximilian von Düring geben Tipps für ein stabiles Nervenkostüm – das man im spektakulären Katathong Golf Resort gut gebrauchen kann.

Mentalität, Major-Sieger, Geheimtipp

Liebe Golf Magazin-Leser,

haben Sie auch manchmal etwas Bammel vor bestimmten Situationen auf dem Golfplatz? Dann empfehle ich Ihnen, gleich mal einen Blick auf die Praxistipps von PGA-Professional Stefan Quirmbach und Mental-Coach Maximilian von Düring zu werfen. Außerdem erklären die beiden Experten im Interview mit GM-Textchefin Isabel von Wilcke, warum **Mentaltraining** auch für Hobbygolfer hilfreich sein kann (S. 20).

Keinerlei mentale Schwäche zeigte ein gewisser Brian Harman beim Gewinn der **151. Open Championship**. Den 37-jährigen Amerikaner hatte sicher niemand auf seiner Favoritenliste für das letzte Major dieses Jahres – und dennoch deklassierte der Linkshänder aus Georgia im Royal Liverpool GC die versammelte Weltelite. Wie dieser sensationelle Sieg zustande kam, erzählt Ihnen GM-Autor Stefan Maiwald (S. 42).

Eine Major-Trophäe wird eines Tages vielleicht auch **Chiara Noja** in den Himmel recken. Die Berlinerin gilt schließlich als das deutsche Supertalent, seit sie – im Alter von nur 16 Jahren und 241 Tagen – ihren ersten Titel auf der Ladies European Tour holte. Und sie scheint mit Druck ebenfalls gut klarzukommen: »Ich liebe die Anspannung, den Kitzel, die Nervosität und den Wettbewerb«, verriet Noja jedenfalls unserem stellvertretenden Chefredakteur Ingo Grünpeter, der sie zum Exklusiv-Interview im G&LC Berlin-Wannsee traf (S. 48).

Ohne Mental-Coach, dafür aber begleitet von kundigen Caddies, war mein Kollege Günter O. Reiter unlängst wieder mal in Thailand unterwegs. Doch diesmal besuchte er keine der bekannten Golfregionen, sondern brachte einen echten Geheimtipp mit: **Khao Lak**, eine Idylle nördlich von Phuket (S. 70). Zudem stellt er die Golfplätze und -hotels außerhalb Europas vor, die es bei der 22. Auflage der **Golf Magazin Travel Awards** in die Top 10 schafften (S. 80) – und er nennt die Namen der GM-Leser und -User, die eines der 13 von uns verlosten **Hotel-Golf-Packages gewonnen** haben (S. 88).

Viel Vergnügen beim Lesen
dieser Ausgabe wünscht Ihnen Ihr

Philip-A. Artopé
Chefredakteur

Titelbild: Brian Harman (Getty Images); Fotos: Huber (1); Stefan von Stengel (1); Günter O. Reiter (1)

JuCad®
www.jucad.de
Golfwelt – Das Original
Wasserdicht
Sportlich
Riesige Auswahl
Cart- und Tragebags
Ultraleicht
Organisiert
Elegant
JUTEC Biegesysteme GmbH & Co. KG
D-65549 Limburg | info@jucad.de

Idylle für Insider

BERGE & MEER: Die Region Khao Lak bietet fünf Plätze an der Küste oder in den Hügeln – am spektakulärsten ist der Kurs im Katathong Golf Resort & Spa.

T | Günter O. Reiter

Bald ist es schon wieder Herbst – und damit höchste Zeit, ein warmes, sonniges Ziel für den Golfurlaub zu finden. Ein GM-Geheimtipp dafür ist die beschauliche Region **KHAO LAK** im Süden von Thailand.

Bangkok, Chiang Mai, Chiang Rai, Hua Hin, Pattaya, Phuket: Wer sich schon mal mit Golf in Thailand befasst oder gar selbst dort gespielt hat, wird diese Orte kennen. Es sind schließlich die bekanntesten Golfdestinationen des südostasiatischen Landes, das wegen seiner über 200 Plätze gerne auch »Kingdom of Golf« genannt wird.

Khao Lak hingegen ist eine Region, die selbst Insider beim Thema Golf nicht auf dem Schirm haben. Der Küstenlandstrich an der Andamanensee in der Provinz Phang Nga, nur eine Autostunde vom Flughafen Phuket entfernt, hat zwar schon lange viele Fans im deutschsprachigen Raum. Doch die kommen vor allem zum (Sonnen-)Baden, Schnorcheln, Tauchen – oder weil sie schlicht Ruhe und Entspannung suchen.

PALMENPRACHT: In Katathong lauern die Bäume oft auch an den manchmal schmalen Spielbahnen.

Golfer sind bislang eher die Ausnahme, obwohl hier bereits seit 1993 gespielt werden kann. Damals schuf der legendäre Pete Dye den Thai Muang Beach Golf Course, der jedoch 2007 schon wieder dichtmachte. Im Jahr 2000 folgte der Rajjaprabha Golf Course, der aber leider rund zwei Autostunden von Khao Lak Beach entfernt ist. 2002 kam der von der Royal Navy betriebene Tublamu Navy Golf Course hinzu – direkt an der Küste, jedoch nicht immer in »königlichem« Zustand. Und der 2018 eröffnete Kirinara Golf Course ist leider bei nur neun Löchern hängengeblieben.

Erst das im hügeligen Hinterland gelegene Katathong Golf Resort & Spa und der Aquella Golf & Country Club an der Küste kümmerten sich dann konsequent um die von europäischen Golfurlaubern gewünschten Standards bei Platzqualität und -zustand, Übungsmöglichkeiten, Service und Erreichbarkeit.

RUHE UND NATUR: Der Nationalpark Khao Sok ist definitiv einen Besuch wert.

NEUER STANDARD IM GOLF

Einen besonders ambitionierten Ansatz verfolgt dabei der Aquella G&CC. Die 2021 eröffnete Anlage auf dem Gelände

Fotos: Shutterstock (2); Günter O. Reiter (1); PR (1); Aquella GCC (1)

des ehemaligen Thai Muang Beach Golf Course hat sich als Vorbild die exklusiven Country Clubs angelsächsischer Länder ausgesucht. Gut sichtbar ist dies bereits beim Empfang und im Clubhaus, neuerdings ergänzt durch Spa, Gym und herrschaftliche Villen.

Ein Statement ist aber auch der Golfplatz, dessen Layout von Pacific Coast Design stammt. Die Australier entwarfen u.a. Black Mountain Golf, Thailands einzigen Parcours in globalen Top-100-Rankings. Und tatsächlich haben die 18 Löcher hier nur ein Manko: Das Areal ist nahezu bretteben, womit die Spannung fehlt, die bergauf oder bergab führende Spielbahnen erzeugen.

Mehr als genug davon bietet dagegen der Kurs im Katathong Golf Resort & Spa. Denn der liegt, wie nicht wenige in Südostasien, auf dem Terrain einer ehemaligen Zinnmine. Und aus dieser Topographie hat ein thailändischer Offizier namens Wiwatchai Prangpitak 2015 eine ebenso spektakuläre wie spannende Berg- und Talfahrt geformt.

SCHNÄPPCHENJAGD: Auf dem Bang Niang Market gibt's fast alles – und Thai-Gewürze supergünstig.

Nach der Runde genießt man die Annehmlichkeiten des 4-Sterne-Hotels und die herrlich ruhige Lage des gesamten Resorts inmitten einer malerischen Hügellandschaft mit Bächen und Wasserfällen. Besonders am frühen Morgen, wenn die Nebelschwaden noch an den Hängen kleben, sieht das sehr idyllisch aus.

VIEL RUHE UND NATUR

Und Idylle ist ja genau das, was die Stammgäste an der Region Khao Lak schätzen. Die Ruhe und die Natur: mit traumhaft schönen, endlos langen Sandstränden, großartigen Nationalparks wie Khao Sok, urwüchsigem Regenwald und beeindruckenden Korallenbänken vor den Inseln Similan und Surin.

Nachtleben, Vergnügungsparks oder Rotlichtbezirke, wie nebenan auf Phuket, gibt's hier nicht. In Khao Lak Beach ist alles reduzierter, weniger überlaufen, stiller, oft auch familiärer – und das Preis-Leistungs-Verhältnis meist besser. <<

Aquella Golf & Country Club

Welches hochklassige Niveau diese Anlage anstrebt, verraten nicht nur gleich das imposante Einfahrtstor und das stylische Clubhaus – im Leihschläger-Bag stecken blitzblank gewienerte TSi2-Hölzer und T300-Eisen von Titleist sowie ein Select-Fastback-Putter von Scotty Cameron. Doch auch der Golfplatz selbst überzeugt den Besucher: Die überwiegend ebenen Spielbahnen an der Küste sind top-gepflegt, weitläufig und fehlerverzeihend – insgesamt also ein toller Resort-Kurs. Gefahr droht allerdings durch zahlreiche Wasserhindernisse sowie sehr viele, teils gewaltige Bunker in den Drive-Landezonen. Und die Grüns haben es ebenfalls in sich: Sie sind oft massiv verteidigt, fein onduliert und bisweilen riesig groß. Zudem hängen sie gerne von hinten nach vorne, weshalb es ratsam ist, im Zweifel den Annäherungsschlag eher zu kurz zu lassen.

GOLF MAGAZIN 73 SCORE

Katathong Golf Resort & Spa

Ein Highlight ist definitiv die Kulisse. Auf den sattgrünen Hügeln ringsum wuchert der Dschungel, die mitunter recht schmalen Spielbahnen werden von unzähligen Palmen und Blumen gesäumt – und immer wieder hat man die für die Region typischen schwarzen Felsen schön ins Design integriert. Während der Runde geht es dann nahezu ständig auf und ab. Gut, dass ein Cart hier obligatorisch ist, denn mancher Anstieg könnte vielleicht einen Herzinfarkt auslösen. Spieltechnisch sehr interessant sind die Par-4-Bahnen, die dank Längen zwischen 299 bis 440 Yards für viel Abwechslung sorgen. Und super spektakulär zeigen sich die Par-3-Löcher, die allesamt erhebliche Höhendifferenzen aufweisen. Ein echtes Kuriosum dabei: das hoch oben auf einem Hügel liegende und deshalb nicht einsehbare Grün von Bahn 17 – hier sind locker ein bis zwei Schlägerlängen mehr nötig.

Aquella Golf & Country Club
157/12 Moo 9, Limdul Road,
Thai Mueang District, Phang Nga
Tel. 076 679 308, aquellagolf.com
18 Löcher, 6.532/5.435 Yards (H/D)
Par 72, CR 71,2/70,8, Slope 124/119
Greenfee: 2.800 THB inkl. Golf-Cart und Caddie

GM-Score 71
Index: 1,89 / –

Anspruch	12	24
Zustand	12	12
Design	17	24
Kulisse	15	20
Service	15	15
Bonus	0	5

Katathong Golf Resort & Spa
51 Moo 4 Thung Kha Ngok District Mueang, Phang Nga
Tel. 076 592999, katathong.com
18 Löcher, 6.538/5.579 Yards (H/D)
Par 72, CR 73,1/70,2, Slope 123/119
Greenfee: 2.500 THB inkl. Golf-Cart und Caddie

GM-Score 73
Index: 2,17 / –

Anspruch	14	24
Zustand	11	12
Design	20	24
Kulisse	16	20
Service	12	15
Bonus	0	5

Der **Golf Magazin-Platztest** –> Alle Platzdaten – Länge, Course-Rating- und Slope- bzw. SSS-Werte – beziehen sich immer auf die Abschläge Gelb und Rot (oder auf die entsprechenden Tees bei anderer Farbgebung, wie etwa in den USA). Der Maximalwert für GM-Score beträgt 100 Punkte, die Höchstwerte für die einzelnen Kriterien stehen rechts in der Tabelle. Mit dem GM-Index wird das Preis-Leistungs-Verhältnis ausgedrückt: 1,0 bedeutet angemessen; je höher dieser Wert über dieser Marke liegt, desto mehr bekommt der Golfer für sein Geld.

GM-Score-Legende –> **Weltklasse** (85 und mehr Punkte): Diese meist weltberühmten Plätze bilden sozusagen das Inventar der diversen Top-100-Rankings. Beispiele: Royal County Down (93 GM-Score-Punkte), Royal Portrush (90), Pebble Beach Golf Links (89), Valderrama (86) oder Kingsbarns (85). Deutschland: Fehlanzeige. –> **Spitzenklasse** (70-84 Punkte): Viele nationale und auch einige »hidden champions« im Ausland. In Deutschland verbuchten bislang WinstonLinks (83), Hamburger GC und Faldo Course Berlin (je 82) die meisten Punkte. Internationale Beispiele: Carnoustie (84), Penha Longa (77), Alcanada (70). –> **Oberklasse** (60-69 Punkte): Richtig gute Golfplätze, die stets einen Besuch lohnen. Einige Beispiele in Deutschland: Schloss Course in Fleesensee (69), Achental (65), Starnberg (62) oder Bad Salzuflen (60). Im Ausland: North Berwick (69), Els Club Dubai (65) oder Kärntner GC Dellach (60). –> **Mittelklasse** (50-59 Punkte): Auch in dieser Gruppe kommt das Golfvergnügen nicht zu kurz. Denn meistens steht hier bei den Punktzahlen nur deshalb die Fünf vornedran, weil der sportliche Anspruch nicht besonders hoch ist. Doch genau das suchen ja viele Golfer: eine entspannte Runde.

Fotos: Günter O. Reiter (4); PR (2); Aquella GCC (1)

Khaolak Paradise Resort

Katathong Golf Resort & Spa

Orchid Restaurant

Sabaidee Jungle Bar & Restaurant

Khaolak Sunset Resort

GM-Reiseführer: **Khao Lak** (Thailand)

HOTELS

Für alle, die morgens direkt auf den Golfplatz schauen möchten, ist das **Katathong Golf Resort & Spa** die perfekte Adresse. Das herrlich gelegene 4-Sterne-Hotel bietet großzügige, gut ausgestattete Zimmer, Spa, Fitness-Center und zwei Swimming-Pools. Besonders empfehlenswert sind die Valley-Deluxe-Zimmer mit rund 48 qm und eigenem Jacuzzi auf dem Balkon (katathong.com). Wer lieber am Meer wohnt, wird vom **Khaolak Paradise Resort** begeistert sein. Der Name ist hier Programm: Die sehr komfortablen Zimmer und Villen des 4-Sterne-Boutique-Hotels verstecken sich idyllisch zwischen Palmen und Büschen, wunderschön ist auch der Pool samt urgemütlicher Pool-Bar direkt am Strand (khaolakparadise.com). Für kleinere Budgets empfiehlt sich das **Khaolak Sunset Resort,** ein 3-Sterne-Haus mit zweckmäßig ausgestatteten Zimmern, die alle über Balkon oder Terrasse verfügen (khaolaksunset.com).

RESTAURANTS

Wie überall in Thailand locken auch hier viele (kleine) Restaurants, in denen man die lokalen Leckereien gut und günstig genießen kann. So etwa im **Sabaidee Jungle Bar & Restaurant,** gleich um die Ecke der beiden GM-Strandhoteltipps: Lassen Sie sich vom schlichten Ambiente nicht irritieren, hier gibt's leckere und preiswerte Thai-Küche. Ähnliches gilt für das gemütliche **Orchid Restaurant** ein Stück weiter nördlich an der Hauptstraße. Und das Essen mit der schönsten Aussicht wird im **KhaoLak Phu View** serviert – hoch oben in den Hügeln, mit Blick über den Ort und das Meer (weitere Infos jeweils über Facebook).

GM-TIPP

Für den Transfer Flughafen-Hotel ist das Khao Lak Travel Center ein absolut zuverlässiger und pünktlicher 24/7-Partner. Parallel dazu werden auch diverse Tagesausflüge angeboten, etwa zum Nationalpark Khao Sok, zu diversen Tempeln oder mit Wassersportaktivtäten wie Schnorcheln, Kajakfahren, Angeln, Rafting. Und wenn Sie beim Erstkontakt nach »Nickie« fragen, kümmert sich (meistens) der Chef höchstpersönlich um Sie (khaolaktravelcenter.com).

GOLF

Wer sich Zeit und Mühe sparen und vor allem sichergehen will, dass alles wie geplant klappt, sollte seine Runden über einen Tour-Operator wie Golfasian buchen. Das Unternehmen aus Bangkok, Marktführer für Golfreisen in Südostasien und bei den renommierten World Golf Awards schon mehrfach als Thailands Top-Anbieter ausgezeichnet, schnürt Ihnen das komplette Paket: vom Golfplatz-Transfer bis hin zur Wunsch-Startzeit (golfasian.com).

ANREISE

Derzeit geht's ab Deutschland nur per Zwischenstopp, etwa in Bangkok, zum Phuket International Airport (HKT). Ob in der Hauptsaison (ab Oktober) manche Airlines wieder Direktverbindungen anbieten, ist aktuell nicht absehbar.

REISEZEIT

Wie überall in den Tropen, kann auch in Khao Lak das ganze Jahr gegolft werden. Das angenehmste Klima herrscht jedoch während der sogenannten »Cool Season« von November bis Februar (weshalb dann auch die Preise für Golf und Hotels nach oben gehen). März und April sind auch noch trocken, aber schon bis zu 35 Grad heiß; von Juni bis September ist Regenzeit.

INFOS

Die Telefonvorwahl für Thailand ist 0066. Währung ist der Thailändische Baht, derzeit entsprechen 100 THB etwa 2,60 Euro. Nützliche Websites für Ihre Reiseplanung:
thailandtourismus.de
auswaertiges-amt.de