



Golfskoler i KGC 2010



Gruppe træning i KGC:

Kurset løber over 4 gange med 1,5 times træning pr. gang. Vi vil i løbet af kurset gennemgå de vigtigste facetter i Golfspillet.

Uge 19, onsdag d. 12/5: Træning af slag med jern.
Uge 20, onsdag d. 19/5: Korte og lange indspil.
Uge 21, onsdag d. 26/5: Bunkerslag og putning.
Uge 22, onsdag d. 02/6: Træning af slag med Køller.

Eller

Uge 16, torsdag d. 22/4: Træning af slag med jern.
Uge 17, torsdag d. 29/4: Korte og lange indspil.
Uge 18, torsdag d. 06/5: Bunkerslag og putning.
Uge 19, torsdag d. 13/5: Træning af slag med Køller.

Pensionist-træf i Kolding Golf Club.

Formål:

Pensionist-træf er golf-undervisning og socialt samvær for klubbens pensionist-medlemmer.

Hvornår:

Hver tirsdag og torsdag i Maj, og Juni.

Tidspunkt:

Kl. 09.00 til 09.15 mødes vi til en kop kaffe og lidt snak.
Kl. 09.30 Går vi ud på trænings anlægget og træner en times tid*.

* Ved minimum 4 deltagere.

Tilmelding:

Du skriver dig på fra gang til gang. Dog maks. 8 deltagere pr. gang.

Program:

1. Uge i hver måned: Jern slag på træningsbanen.
2. Uge i hver måned: Indspil på inspilsområde.
3. Uge i hver måned: Kølle/hybrid slag på træningsbanen.
4. Uge i hver måned: Tirsdag putning og torsdag bunkerslag.

Antal deltagere/tid:

1 deltager udløser 10 min. Undervisning.
2 deltagere udløser 20 min. Undervisning.
3 deltagere udløser 30 min. Undervisning.
4-8 deltagere udløser 60 min. Undervisning.

Hvorfor golf skoler og kurser?:

- God start på sæsonen.
- Genopfriskning af alle spillets facetter.
- Hyggeligt samvær med andre spillere.
- Opfølgning på rettelser over flere dage.

2 dages golf skole:

Program for dag 1

09.00 Velkomst og gennemgang af program.
09.15 Teknisk og teoretisk gennemgang golfsvinget.
11.00 Kaffe pause i det fri.
11.30 Undervisning i putting.
12.30 Frokost i restauranten.
13.30 Selv træning på banen, fokus på sving ændringer.
16.00 Tak for i dag.

Program for dag 2

09.00 Undervisning i indspil, kort og langt.
10.00 Bunkerslag.
10.45 Kaffe pause.
11.15 Træning af køller og hybrid.
12.15 Teori omkring skrå lejer.
12.45 Frokost i restauranten
13.30 Ni hullers træning på banen.
16.00 Afslutning

Priser på golfskoler:

2 dages skole omkring alle spillets facetter: 900,-
(Minimum 5 deltagere maksimum 9 deltagere)

4 x Gruppe træning, grundspillet: 500,-
(Minimum 4 deltagere maksimum 8 deltagere)

Pensionist træf pr. gang: 60,-
(Minimum 1 deltager maksimum 8 deltagere)

Trænings tips:

Tag de nødvendige pauser, da der er mange nye bevægelser at lære
Brug tid på at lave svinget, uden direkte at slå til bolden. (prøvesving)

Tænk kun på max to ting af gangen

