

Planering Junior/Elit (Team Vit P97-98)

Månad	Vecka	Pass	Plats	Övningar	Tanke/Mål	Ansvarig	Kommentar
5	19	1	Puttgreen Pulsen	*Uppvärmning *Puttövning 36:an, 9 hål med 4 puttar från varje håll (väderstreck), 2 st. 1 m, 1 st. 1 ½ m och 1 2m	*Fokus på puttnig, för att få in skärpan och slippa pressen vid missad förstaputt. *Målet är 36 enputtar men godkänt är minst 27 sänkta. (Kontroll på returputtar á 1 m.)	Pro	Tis. 18.00 – 19.00 Ledare sätter ut 36 peggar runt hålen
5	19	6	1:an Master Course	*Egen uppvärmning. * Spel 9 hål med draw back på missade förstaputtar. * Sänkt förstaputt 2p * Sänkt drawback 1p Maxpoäng 9 hål = 18p	*Fokus på att lägga bollen så nära flaggan att du sänker förstaputten.	Ledare + Pro	Tors. 17.00 – 19.00 Ledare hjälper till att påminna så bollränna eller tider bokas
5	20	2 + 1	Stora Puttgreen	*Uppvärmning. * 9 chipstationer från 10,12,14,16,18, 20,22,24 och 26 m, från olika lutningar och lägen. 2 st. från varje station med putt i.	*Tanken är längdkontroll * Målet är 18 chip enputt	Pro	Tis. 18.00 – 19.00 Ledare sätter ut peggar på 9 stationer
5	20	6	1:an Master Course	*Egen uppvärmning. *Spel 9 hål med draw back utanför green, chip enputt gäller vid greenträff. *1 p för greenträff på rätt antal slag. *1 p för chip enputt. Maxpoäng 9 hål = 18 p för 9 greenträffar och 9 chip enputt.	*Fokus på att få så många greenträff och chip enputt.	Ledare + Pro	Tors. 17.00 – 19.00 Ledare hjälper till att påminna så bollränna eller tider bokas

Passbeskrivning: 1. Putt, 2. Chip, 3. Pitch, 4. Bunker, 5. Sving, 6. Spel, 7. Regler