

Juniorernas vinterträning 2017/2018



Årets vinterträning kommer hållas på Hisingens Golfcenter där vi har tillgång till ljus och infravärme. Glöm dock inte kläder för väder...

Förutom att ha riktigt kul på träningarna kommer vi lägga fokus på att analysera fjolåret, sätta mål och grundträna inför nästkommande säsong. Detta anpassat efter ålder och ambitionsnivå.

Till första passet får man gärna ta med statistik och målsättningar från året som gått om man har det. *Gäller tävlingsjuniorerna.*

GUBBS = Grepp, uppställning, bollplacering, balans och sikte

V.45 Föreläsning mål & filma swing

V.46 Mål, Genomgång GUBBS

V.47 Träning personliga GUBBS, Mål

V.48 Föreläsning Bollträff, Mål

V.3 Avstämning Mål, Träning Bollträff

V.4 Föreläsning Längre Slag, Mål

V.5 Träning Längre Slag, (endast måndag)

V.7 Träning Längre Slag, (endast torsdag)

V.8 OLIKA klubbor, slag, skruv, Mål

V.9 Målträning, skapa rutin, Mål

V.11 Målträning, skapa rutin, Mål