

Indendørs vinter-golftræning

Ved playing pro Knud Storgaard



Indendørs vinter golftrænings-samlinger og fitness træning 2021/22

Det er desværre atter ved at blive koldt og regnfuldt og for bøvlet til at satse på vejret er godt nok til at kunne komme ud og spille og træne. Derfor kunne løsningen selvfølgelig være at booke dig til noget indendørstræning i enten Hørning Golf Arena ved Skanderbor (12 trackman simulatorer til rådighed, samt chippe og puttegreen) eller Søby Højslev Arena mellem Skive og Viborg (1 Trackman til rådighed samt puttetæpper). Jeg har valgt at tage udgangspunkt i at afholde nogle trænings-samlinger hen over vinteren med forskellige temaer og så nogle ekstra individuelle timer efter behov før eller efter på træningsdatoerne. Pga. disse corona tider har jeg valgt, at du/I betaler pr. gang for at undgå at tilmelde sig et forløb, som evt. bliver sat på standbye af corona. Tilmelding er først til mølle princippet og der vil minimum være 4 og maksimum være 8 personer pr. hold.

Der kommer flere datoer til bl.a. Hørning før og efter Nytår og Søby Højslev efter januar, så skriv og hør nærmere, hvis det har interesse. Foreløbigt ser det således ud:

Kalender for foreløbige golftrænings-samlinger:

- **9. november Hørning (fra kl. 10.30)** *Individuel træning på Tackmann simulator, som bookes af enten ½ til en hel times varighed gennem Hørning Golf Arena. Pris for ikke Hørning Golf Arena medlemmer er: 700,- kr. for en time (2-3 personer kan gå sammen her).*
- **27. november Søby (10.00 – 12.00 & 12.00 – 14.00):** *Det lange spil 1: Vi gennemgår og får styr på grundteori (grip, sigte, opstilling og boldplacering), teknisk forståelse for dit sving, trackman udmåling af slaglængder og dine vinkler ind gennem bolden, videogennemgang med sammenligning til en tour spiller tilsendt på mail om måske gennemgang af dit udstyr. **Pris: 300,- kr. pr. person***
- **11. december Søby (10.00 – 12.00 & 12.00 – 14.00):** *Det lange spil 2: Forståelse for svingbane, slagfladeorientering i boldtraf og impact-location (hvor rammer du i slagfladen). For at kunne forbedre sig skal du kunne resonere dig frem til hvor du rammer bolden henne. Teknikker til det gennemgår og trackman 4 bruges til verifikation og udmålinger. Hvordan påvirker du din svingbane, slagflade og lære r at ramme mere midt i slagfalden? Når en runde er ved at køre af sporet, hvordan kan du så finde tilbage og måske rede en hæderlig runde? **Pris: 300,- kr. pr. person***
- **8. januar Søby (10.00 – 12.00 & 12 – 14.00):** *Det korte spil og putting 1: De "fire teknikker" der løser det korte spil gennemgås, opstilling og boldplacering ved forskellige typer af slag, bunkerteknikken, bom stille hoved i teknikken og afslappet og ikke holde for hårdt. Landings områder og rutiner til valg af teknik og kølle. Fejlfinding på banen og back up teknikker. Putteteknik og trackman 4 udmåling af skip og rul (helst over 85 %). Greenlæsning, rutine, mental forberedelse. **Pris: 300,- kr. pr. person***
- **12. januar 2022 Søby Pris: 150,- kr. pr. person for fritspis og 250,- kr. for ikke fritspils (10.00 – 12.00 & 12.00 – 14.00):** *Det langespil, det korte spil og putting:*

Kom gennem alle de fysiske dele af spillet. Trackman 4 udmåling på dit lange spil og putting. Individuel video med kommentarer og sammenligning til en tour spiller som kan bruges som "forbillede" tilsendes efter. Pris: 300,- kr. pr. person

Spilletræningen i slutningen af marts eller starten af april 2022

- **Marts eller april 2022 (12.00 – 16.00):** Spilletræning på Hjarbæk Vest: 16 hullers(9 + 7) spil på Hjarbæk Vest hvis vejret tillader det, hvor kigger på hvordan spillet hænger sammen. 4 x tre personers hold og spiller minimum 4 huller med hvert hold. Kommentarer tilsendes efter. **Pris: 150,- kr. pr. person for fritspis og 250,- kr. for ikke fritspils. Præmie til dagens bedste 😊**

Noget af Hørning Golf Arena



Søby Højslev Arena



Med venlig hilsen

Knud Storgaard

Mail: k.storgaard@hotmailo.com

T.l.f. 53 66 73 00