

Træner hjælp ved Playing professionelle Knud Storgaard den 27. juni og 6. juli på Karup golfbane

Lange – og korte spil og putte kurser på Karup GK i juni og juli 2024



Torsdag den 27. juni 2024 (gruppe – og individuel træning):

Dagsprogram:

Kl. 15.00 – 15.30: Individuel lektion 1 (250,- kr. for ½ time uanset om 1 eller 2 personer):

Skriv dig/jer op her:

Navn

1. _____

2. _____

Kl. 15.30 – 16.00: Individuel lektion 2 (250,- kr. for ½ time uanset om 1 eller 2 personer):

Skriv dig/jer op her:

Navn

1. _____

2. _____

Kl. 16.00 – 16.55: LANGE SPIL (150,- kr. pr. person). Velkommen. Vi mødes på rangen, hvor grundprincipperne for det langespil, grip, sigte, opstilling og boldplacering, samt bevægelses mønstre, gennemgås, inden vi prøver det af og jeg kommer rundt til jer med individuelle rettelser. En Trackman 4 vil stå til rådighed for evt. udmålinger af jern og køller 😊.

Skriv dig op her:

Navn

1. _____

4. _____

2. _____ 5. _____
3. _____ 6. _____

KL. 17.00 -17.55: KORTE SPIL (150,- kr. pr. person). Vi mødes ved hul 1 og 9, hvor de fire teknikker der løser alle kortespils slag gennemgås, inden vi prøver det af omkring greenen på hul 1 og hul 9 området. Procedure for at løse mange forskellige situationer i det korte spil gennemgås ligeledes. Vi kigger hovedsageligt på chip og bunkerslag.

Skriv dig op her:

Navn

1. _____ 4. _____
2. _____ 5. _____
3. _____ 6. _____

KL. 18.00 -18.55: PUTTING (150,- kr. pr. person). Information og velkommen ved hul 1's green, hvor forberedelser, teknik, rutiner, holdning, visuel kigge teknikker, åndedræt, afslapning og træningsøvelser gennemgås. Lær at få de lange putts tæt på hullet, så den enten er i hul eller max. en putters længde fra hullet. Træningsøvelse gennemgås. Korte putts. Lær at hole de korte putts mere regelmæssigt. Rutine og teknik (mere lige – lige sving). Rolig og mental afklaret. Rundt om uret øvelsen trænes.

Skriv dig op her:

Navn

1. _____ 4. _____
2. _____ 5. _____
3. _____ 6. _____

Kl. 19.00 – 20.00: Evt. individuel lektion 3 (pris 500, - kr. total for 1 - 3 personer)

Skriv dig/jer op her:

Navn

1. _____

Lørdag den 6. juli 2024 (gruppe – og individuel træning):

Dagsprogram:

Kl. 09.00 – 09.30: Individuel lektion 1 (250,- kr. for ½ time uanset om 1 eller 2 personer):

Skriv dig/jer op her:

Navn

1. _____
2. _____

Kl. 09.30 – 10.00: Individuel lektion 2 (250,- kr. for ½ time uanset om 1 eller 2 personer):

Skriv dig/jer op her:

Navn

1. _____
2. _____

Kl. 10.00 – 11.55: LANGE SPIL (150,- kr. pr. person). Velkommen. Vi mødes på rangen, hvor grundprincipperne for det langespil, grip, sigte, opstilling og boldplacering, samt bevægelses mønstre, gennemgås, inden vi prøver det af og jeg kommer rundt til jer med individuelle rettelser. En Trackman 4 vil stå til rådighed for evt. udmålinger af jern og køller 😊.

Skriv dig op her:

Navn

- | | |
|----------|----------|
| 4. _____ | 4. _____ |
| 5. _____ | 5. _____ |
| 6. _____ | 6. _____ |

KL. 12.00 -12.55: KORTE SPIL (150,- kr. pr. person). Vi mødes ved hul 1 og 9, hvor de fire teknikker der løser alle kortespils slag gennemgås, inden vi prøver det af omkring greenen på hul 1 og hul 9 området. Procedure for at løse mange forskellige situationer i det korte spil gennemgås ligeledes. Vi kigger hovedsageligt på chip og bunkerslag.

Skriv dig op her:

Navn

- | | |
|----------|----------|
| 1. _____ | 4. _____ |
| 2. _____ | 5. _____ |
| 3. _____ | 6. _____ |

KL. 13.00 -13.55: PUTTING (150,- kr. pr. person). Information og velkommen ved hul 1's green, hvor forberedelser, teknik, rutiner, holdning, visuel kigge teknikker, åndedræt, afslapning og træningsøvelser gennemgås. Lær at få de lange putts tæt på hullet, så den enten er i hul eller max. en putters længde fra hullet. Træningsøvelse gennemgås. Korte putts. Lær at høre de korte putts mere regelmæssigt. Rutine og teknik (mere lige – lige sving). Rolig og mental afklaret. Rundt om uret øvelsen trænes.

Skriv dig op her:

Navn

- | | |
|----------|----------|
| 1. _____ | 4. _____ |
| 2. _____ | 5. _____ |
| 3. _____ | 6. _____ |

Kl. 14.00 – 15.00: Evt. individuel lektion 3 (pris 500,- kr. total for 1 - 3 personer)

Skriv dig/jer op her:

Navn

1. _____

PRISER:

Der kan nu bookes individuel træning eller deltagelse på nedenstående kurser. Pris for lange -, korte -, og puttekurserne koster 150,- kr. pr. person (max 6 personer pr. kursus) og individuelle lektioner af 60 min varighed koster 500,- kr. (her kan I være op til 3 personer) og 250,-kr. for ½ time. Banelektioner, hvor jeg spiller med jer rundt kan også bookes efter nærmere aftale.

Med venlig hilsen

Knud Storgaard

TLF. 53667300

Mail: k.storgaard@hotmail.com

