



STAP-1 : Naar Baanpermissie (Hcp. 72)

Instroom: Beginner
Uitstroom: Dubbel par (hcp. 72) kunnen spelen

DOELSTELLING:

De speler weet aan het einde van de 6 lessen wat een goede basis (GOH: Grip, Oplijnen, Houding) is voor de onderdelen putten, chippen, pitchen, bunker en swing. De speler is in staat deze zelf te herhalen. De speler weet hoe hij zich veilig en correct moet gedragen op en rond de golfbaan. De speler kan zelfstandig de baan spelen met een gemiddelde score van dubbel Par. Om deze stap zo goed mogelijk te volbrengen, is een minimum van 30 trainingsuren nodig. De speler is op de hoogte van het 9-stappenplan en kan gebruik maken van De Golf Academie (www.degolfacademie.nl).

WAT GA JE DEZE STAP LEREN/BEHANDELEN?:

Je kunt zelf kiezen om deze stap individueel of in groepsverband te doen. Bij privélessen krijg je meer aandacht en dit zal het leerproces vergroten.

- invullen intakeformulier
- aanleren van een goede fysieke voorbereiding
- kennis van het materiaal
- kennis van de locatie, clubhuis, shop, driving range etc.
- etiquette voor de baan en oefenlocatie
- verschil van de basisslagen en concept van de slag
- een goede G.A.S aanleren bij het onderdeel putten, chippen, pitchen, bunker en swing
- leren testen en evalueren
- maken van een afstandstabel
- aanleren van een trainingsroutine
- zelfstandig spelen in de baan
- gebruik maken van De Golf Academie (www.degolfacademie.nl)

LESPROGRAMMA:

Les 1 Intake en putten : rondleiding / putten G.A.S
Les 2 Chippen en Swing : chippen G.A.S/ swing G.A.S
Les 3 Pitchen en swing : pitchen G.A.S/ swing G.A.S/ zwaailengte
Les 4 Putten/Chippen : PAR 4 test Golfacademie
Les 5 Bunker/swing : G.A.S, balcontact 1 assen swing
Les 6 Baanles : etiquette en speeltempo

