



Golfles PEC Zwolle

Programma Golf verder GC Zwolle 2017

Handicap 54 of beter

***Les 1 uur* Swing met korte en mid ijzers**

Wij gaan een check doen met alle deelnemers betreft hun golfswing en spreken af hun leerdoelen qua swing voor de komende tijd. De eventueel nieuwe golfers krijgen aandacht voor basis en golfswing concept.

***Les 2 uur* Swing drills /video/ Trackman**

Aandacht weer voor de swing. Wij checken of verbeteringen al aanwezig zijn en ook hoe ver de ballen gaan met de Trackman. Wij gaan ook de nieuwkomers opnemen met video en gaan met hun dieper in op de swing. Wij kijken ook waar de bal de clubblad raakt en hoe dat te verbeteren.

***Les 3 uur* Chippen/Putten**

Wij kijken naar deze 2 slagen, techniek ,en gaan ook bekijken hoe wij deze 2 combineren en eventueel wanneer putten en wanneer chippen qua situatie.

***Les 4 uur* Swing/ Pitchen**

Tijdens deze les gaan wij de gevorderde laten slaan met een club naar keuze wat misschien niet zo goed lukt voor hun en kijken naar welke oplossing wij daarvoor hebben. Met de beginners laten wij al zien het verschil tussen en swing met een sandwegde en swing met ijzer 7. Wij gaan in de 2^{de} helft van de les kijken naar een pitch slag en de idee en techniek hierachter.

***Les 5 uur* Bunkers/slagen uit de rough**

Eerst helft met alle golfers de bunkersslag doornemen. 2^{de} helft gaan wij slagen uit de semi rough en diep rough oefenen.

***Les 6 uur* Swing hele golf set**

Alle spelers gaan oefenen met kort, mid en lange clubs. Wij zoeken naar het verschillen en overeenkomsten hierin zowel swing als basis en wij gaan kijken naar welke clubs de spelers in de strijd kunnen gooien. Bijv. met ijzer 7 afslaan? of is een Driver toch effectief genoeg om in de baan te blijven met genoeg vastigheid en afstand winst?

Les 7 1 uur Afstand controle Welke clubs sla ik welke afstand en doceren van 20-50 m

Wij kijken op de Trackman naar 2 punten het verschil in afstand tussen ieders slagen met hun verschillende clubs en daarna kijken wij hoe goed iemand de bal kan doceren naar een bepaalde afstand met name tussen 20 - 50 m.

Les 8 1 uur Swing check video/Trackman

Waarom sla ik de bal naar rechts? en hoe op te lossen. Waarom gaan de bal niet de lucht in?. Door middel van Trackman en video zoeken naar oorzaken en oplossingen.

Les 9 1 uur Swing van het gras/hellingen/etc.

Oefen met de swing op het gras en ook kijken naar hoe de bal anders kan liggen en hoe daarmee om te gaan met houding/ swing.

Les 10 1 uur Alle onderdelen weer

Wij gaan langs alle technieken en testen eventueel welke sterke en zwak zijn om verder alleen of in groep je eigen oefen plan te ontwikkelen aan de hand van eigen sterktes/zwaktes.

Les 11 1 uur Driver

Wij gaan leren met de big stick. De houding , idee van de swing en kijken of het constant extra afstand oplevert en de recht genoeg is.

Les 12 1 uur Bunkers/Swing

Weer aandacht voor de bunker slag en zowel greenside als fairway bunkers. De laatste 20 min doen we ook weer eens een full swing check.

Les 13 1 uur Par 3 baan oefenen op rondom green situaties

Wij oefenen op de par 3 baan oplossingen als de bal dichtbij de green is maar niet op de green. Chippen of putten? Welke club?

Les 14 1 uur Afstanden met clubs meten met Trackman radar

Wij gaan met onze radar van iedereen de afstanden meten om inzichtelijk te maken om de juiste keuzes te maken. Wij laten zien de verschillende producten om afstanden te meten.

Les 15 1 uur Putten

Wij hebben aandacht voor uw putten en alles wat erbij hoort.