



**FRÖSÅKER**  
*Golf & Country Club*

**MEDLEMSTRÄNING**

**FRÖSÅKER GK 2017**



# Medlemsträning 2017

Vårt mål i år är att göra träningsgrupperna mindre och mer homogena. Du skall känna att du tränar med spelare på "din nivå" och att det inte blir alltför stora grupper. Syftet är dock det samma: Vi ska lära dig träna rätt och "utbilda dig" i golf, så att du själv får verktyg att utveckla ditt spel. Grupperna är som nedan:

Pga få anmälningar ser grupperna ut enligt följande:

**a. 0-9 – killar & tjejer utgår**

**b. 10 – 18 – killar & tjejer (b+c)**

**c. 19 – 36 – killar & tjejer (c+b)**

**d. Ren damgrupp – för de tjejer som föredrar att träna med andra tjejer**

**e. Seniorgrupp vardagar – för de som inte jobbar så mycket?**

Du väljer vilken grupp som passar dig. ANMÄLER DIG på [info@matzevensson.com](mailto:info@matzevensson.com)

Max 12 deltagare i varje grupp – Alla pass ligger i GiT för anmälan och du kan själv se vilka andra som kommer på varje pass. Min 8 deltagare/ grupp krävs för att gruppen skall bli av.

Vi erbjuder 9 olika pass med olika teman: Puttning, wedgar, chippar, träklubbor m.m..

Föreläsningar under säsongen för alla grupper: Greenläsning & Mental träning i praktiken

Stor avslutning med tävling och träningsutmaningar

**990:- per person ink 100:- presentkort i shopen**

Mycket välkomna,

Matz & co



## Schema Medlemsträning 2017

### Grupp b & c. 10–36 – ”jämnare, säkrare, gladare”

#### Onsdagar jämna veckor 17:00-18:00

<b>Grunder</b> 3:e maj	<b>Pitch</b> 17:e maj	<b>Putt</b> 31:a maj
<b>Chip</b> 14:e juni	<b>Bunker</b> 28:e juni	<b>Sving</b> 12:e juli
<b>Wedgar</b> 9:e aug	<b>Putt</b> 23:e aug	<b>Närspel</b> 6:e sept

### Grupp d. Ladies Only – Öppen för alla tjejer, alla hcp

#### Onsdagar jämna veckor 18.00 – 19.00

<b>Grunder</b> 3:e maj	<b>Pitch</b> 17:e maj	<b>Putt</b> 31:a maj
<b>Chip</b> 14:e juni	<b>Bunker</b> 28:e juni	<b>Sving</b> 12:e juli
<b>Wedgar</b> 9:e aug	<b>Putt</b> 23:e aug	<b>Närspel</b> 6:e sept

### Grupp e. Senior vardag

#### Måndagar jämna veckor 10:00 - 11:00

<b>Grunder</b> 1:a maj	<b>Pitch</b> 15:e maj	<b>Putt</b> 29:e maj
<b>Chip</b> 12:e juni	<b>Bunker</b> 26:e juni	<b>Sving</b> 10:e juli
<b>Wedgar</b> 7:e aug	<b>Putt</b> 21:a aug	<b>Närspel</b> 4:e sept

### Stor Kick-Off med föreläsning och stationsträning torsdag 25:e maj !!

Välkomna till Golsäsongen 2017!

Matz & John