



Program for "KVINDER & GOLF" 2024

Torsdag den 25. april 2024

Mødested: Foran klubhuset, Røddingvej 21a, 7480 Vildbjerg.

- 17.00 – 17.15 **VELKOMST**, udlevering af goodie-bag samt udlevering af golfbag med jern og køller, til de der har bestilt det.
- 17.15 – 18.00 Rundvisning i klubbens faciliteter, herunder fastlæggelse af størrelse i golfpolo.
- 18.00 – 19.00 Træning i udendørs træningsområde (Drivning range) ved PRO Frederik Futtrup.
- 19.00 – 20.00 Vi slutter af i klubhuset med et glas vin og lidt frugt (inkluderet i kurset), mens vi evaluerer dagens oplevelser og snakker om programmet for de kommende torsdage.

Torsdag den 2. maj 2024

- 17.00 – 18.00 Træning i udendørs træningsområde (Drivning range) ved PRO Frederik Futtrup.
- 18.00 – 19.00 Hvordan foregår golf på banen? Vi følges med et par erfarne spillere, der spiller et par huller. Undervejs fortæller spillerne – og der er mulighed for at stille spørgsmål.
- 19.00 – 20.30 Gåtur for at se golfbanen – undervejs vil der være lidt snacks og et glas vin (inkluderet i kurset).

Torsdag den 9. maj 2024 – Kr. Himmelfartsdag

Kr. Himmelfartsdag – hvorfor vi holder fri fra selve forløbet.

Træningsfaciliteterne og golfbanen er til rådighed, hvorfor du selvfølgelig er velkommen til at træne selv – aftalt eventuelt med nogle stykker, at I mødes.

Torsdag den 16. maj 2024

- 17.00 – 18.30 Træning i udendørs træningsområde (Putte-banen) ved PRO Frederik Futtrup.
- 18.30 – 20.00 Putte-konkurrence med lidt indlagt sjov.
Vi slutter af i klubhuset med en sandwich og et glas vin (inkluderet i kurset).

Torsdag den 23. maj 2024

- 17.00 – 18.00 Træning i udendørs træningsområde (Drivning range) ved PRO Frederik Futtrup.
- 18.00 – 18.30 Golf-fitness – introduktion ved Aulum Fysioterapi
- 18.30 – 20.00 Vi spiller nogle huller på pitch- and put-banen – med følgeskab af erfarne spillere, der kan vejlede.

Torsdag den 30. maj 2024

- 17.00 – 20.00 Undervisning i golfreglerne – foregår udendørs.
- 20.00 – 20.30 Afsluttes med kyllingesalat og et glas vin (inkluderet i kurset).

Torsdag den 6. juni 2024

- 17.00 – 18.00 Træning i udendørs træningsområde (Drivning range) ved PRO Frederik Futtrup.
- 18.00 – 19.30 Vi spiller et par golfhuller ude på banen – med følgeskab af erfarne spillere, der kan vejlede.
- 19.30 – 21.00 Undervisning i golfreglerne – foregår udendørs. Regelprøve – foregår indendørs.

Torsdag den 13. juni 2024

- 17.00 – 18.00 Træning i udendørs træningsområde (Drivning range) ved PRO Frederik Futtrup.
- 18.00 – 20.00 Vi spiller et par golfhuller ude på banen – med følgeskab af erfarne spillere, der kan vejlede.

Torsdag den 20. juni 2024

- 17.00 – 18.00 Træning i udendørs træningsområde (Drivning range) ved PRO Frederik Futtrup.
- 18.00 – 19.30 Vi spiller hullerne på pitch- and put-banen – med følgeskab af erfarne spillere, der kan vejlede.
- 19.30 – 20.30 Vi slutter af i klubhuset med lidt mad og et glas vin (inkluderet i kurset) – hvor vi taler om det videre forløb som golfspiller, herunder vil der være orientering fra begynder-afdelingen, der efter kursets afslutning, vil sikre dit videre forløb som golfspiller.



Begynderforløbet er som udgangspunkt afsluttet.

Vi vil fortsat gerne hjælpe dig med at blive godt integreret i klubben, dels via Kvinder & Golf-netværket, men du får også mulighed for at deltage i klubbens øvrige aktiviteter. Efter du er færdig med begynderkurset, vil du få tilknyttet en fast mentor, der vil hjælpe dig med at komme ud og spille – for vi vil gerne sikre os, at din nye hobby bliver skudt godt i gang.

Ret til ændringer forbeholdes

Pris

Forløbet koster **1.299 kr.** og prisen dækker træning, regelundervisning, sociale aktiviteter, en velkomstpakke, en polo samt forplejning som angivet.

Udstyr

Har du allerede golfudstyr er du meget velkommen til at medbringe dette, med det er vigtigt at dit udstyr passer til netop din højde og dit sving, så vent gerne med at investere i golfudstyr, indtil du har stabilitet i dit sving.

Du kan gratis låne udstyr til de træningspas der indgår i forløbet, men dette udstyr skal afleveres hver gang efter endt træning – hvorfor vi anbefaler at leje udstyr hos vores træner i den første periode. Dette udstyr modtager du ved den første træning og du kan anvende udstyret lige så ofte du vil under hele forløbet. Træneren udlejer udstyr under hele forløbet for 500 kr. Så kan du komme godt i gang og finde dit niveau uden at lave fejlkøb. Lejebeløbet gives i rabat, hvis du efter perioden køber udstyr hos træneren.

Vi gør det nemt for dig

Når du er færdig med begynderkurset, har du mulighed for at købe et Flex ØST-medlemskab resten af året, så du kan få glæde af alt det, som du er kommet godt i gang med. For deltagere på "Kvinder & Golf" tilbydes dette medlemskab til en reduceret pris på 500 kr.

Men selvom du er færdig på begynderkurset, kan du sæsonen ud vende tilbage til holdtræningen for begyndere - det er ganske gratis - for vi vil gerne sikre os, at din nye hobby bliver skudt godt i gang.

Rolle:	Navn:	Mail:	Tlf.
Kontaktperson:	Søren W. Schubert	sws@it.dk	23 73 44 99
Tovholder:	Pia Kirk Jørgensen	piakirk@outlook.dk	23 38 29 59
Tovholder:	Vinni Bloch Lauritsen	vinnibloch@outlook.dk	22 41 52 46
Tovholder:	Lone Hansen	lone@lhansen.dk	21 38 55 95
Tovholder:	Lillian Andersen	fonager52@gmail.com	61 26 22 82