

## Aikuisten valmennusryhmät talvikaudella 2018-19:

Viime talvikaudella hyvin vastaanotetut pidempikestoiset valmennusryhmät myös aikuisille pelaajille saavat jatkoa tänä vuonna! Harjoitusryhmien tarkoituksena on kehittää pelaajien henkilökohtaisia taitoja hauskalla tavalla sekä tarjota mielekästä ja johdonmukaista tekemistä kohti parempia golftuloksia. Harjoitusryhmien lähtökohtana on koota n. 3-5 suunnilleen samalla pelitasolla pelaavaa henkilöä harjoitusryhmään. Ryhmiä käynnistetään kysynnän mukaan ja nk. "omista" harjoitusryhmistä voitte tiedustella opettajina toimivilta Tonilta ja Akilta.

Harjoitusryhmät aloittavat toimintansa **tammikuun 14 päivä!** Ryhmiä on kahta eri kestoja: 15 kertaa ja 8 kertaa. 15 kerran ryhmät aloittavat toimintansa viikolla 3 ja 8 kerran ryhmät viikolla 4. Molemmat paketit kestävät viikolle 19. Harjoituksia on 15 kerran paketissa kerran viikossa ja 8 kerran paketissa kerran kahdessa viikossa. Harjoituksia ei ole viikolla 10 ja riippuen ryhmänajankohdasta viikolla 16 tai 17.

Alla tarkemmat kuvaukset ryhmä- sekä aikavaihtoehdoista.

### Aikuisvalmennusten ryhmät sekä hinnasto:

**Ryhmät u80** = tavoitteena pelata kierroksia parhaimmillaan/toistuvasti alle 80 lyöntiä. Myös kovemmat tavoitteet mahdollisia. Suositusharjoitusmäärät: 14 harjoituskertaa

**Ryhmät u90** = tavoitteena pelata kierroksia parhaimmillaan/toistuvasti alle 90 lyöntiä. "Bogey-vauhti", hcp 18. Mitä se vaatii ja kuinka pelata tasaisesti hyviä, mukavia kierroksia?

**Ryhmät u100** = tavoitteena pelata kierroksia parhaimmillaan/toistuvasti alle 100 lyöntiä. Kenties olet juuri aloittanut golfin, kenties olet pelannut jo pidempäänkin mutta edelleen maaginen sadan lyönnin rajapyykki on saavuttamatta. Kenties haluat saada lyöntiisi sopivasti lisää mittaa ja varmuutta, että pelirohkeutesi kasvaa.

Hinnat määräytyvät ryhmän harjoituskertojen mukaan:

15 kertaa = 200 € Vip kausimaksulaiselle / 275 € Golfhallin kausimaksulaiselle

8 kertaa = 100 € Vip kausimaksulaiselle / 130 € Golfhallin kausimaksulaiselle / 200 € Ilman kausimaksua

Varmista paikkasi ja ilmoittaudu mukaan harjoituksiin alta löytyvällä kaavakkeella. Kaikissa harjoitusryhmissä käydään lisäksi starttipalaveri, jossa sovitaan ryhmäkohtaiset tarkemmat sisällöt.

Tervetuloa mukaan oppimaan golfia!

	Ma		La	Su
15.00-16.00		14.00-15.00		
16.00-17.00		15.00-16.00		
17.00-18.00				
18.00-19.00				