

Garden Golf Academy® Scuola Giovani anno 2017-2018

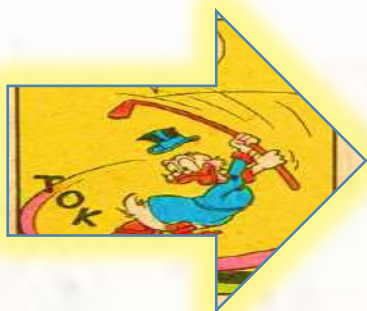
Perché il Golf?

Il golf è adatto a tutte le età ed è un'ottima opportunità per coniugare benessere fisico e psichico ad un momento di socializzazione e divertimento.

Sempre più persone, di ogni età, praticano questo sport abitualmente, sia nei golf club sia nei campi pratica, senza un particolare dispendio economico e con grande passione.

Nella pratica... Giocare a golf significa innanzi tutto eseguire un movimento con il bastone (lo "swing") che richiede grande coordinazione, flessibilità e forza per colpire, e lanciare a grandi distanze e con la massima precisione, una piccola pallina.

Significa anche fare lunghe camminate di 4 e più ore, su meravigliosi percorsi che permettono al giocatore di riscoprire un più intimo contatto con la natura, ricevendo un benefico effetto per la salute e per la mente.



**SCUOLA GOLF DAL 7 OTTOBRE 2017 AL 30
GIUGNO 2018**

IL GOLF

Migliora le abilità psico-fisiche e motorie dei ragazzi.

Migliora il tono dell'umore, essendo praticato all'aria aperta in mezzo alla natura e al verde.

Aumenta e migliora la consapevolezza e l'utilizzo del proprio corpo.

Migliora le facoltà mentali, come l'attenzione, concentrazione, tattica di gioco, le strategie da applicare per raggiungere gli obiettivi ogni volta che si tira una pallina.

E' uno sport, accessibile a tutti anche se purtroppo è ancora considerato di élite.

Si prende atto di valori come la autodisciplina e autoregolamentazione (si è arbitri di se stessi).



Programma della Scuola Golf Giovani Garden Golf Academy®

NEOFITI percorso ludico sportivo (giochi, aggregazione e regole) Gioco corto
FREQUENZA UNA VOLTA ALLA SETTIMANA IL SABATO
9.30-10.30

MEDI conoscenza dell'attrezzatura, fondamentali della tecnica, analisi video con rilascio di relativa scheda, gioco corto, gioco lungo campo pitch and putt 1 volta al mese. FREQUENZA 1 VOLTA ALLA SETTIMANA IL SABATO ORE 11.00-12.00

ADVANCED approfondimento sul l'attrezzatura, tecnica e i suoi fondamentali, analisi video + Flightscope, gioco corto, gioco lungo, strategia sul percorso, calendario gare, 1 volta al mese uscita su campo buche. FREQUENZA 2 VOLTE ALLA SETTIMANA IL SABATO ORE 12.30-13.30-MERCOLEDI' 17.30-18,30

Per Tutte le Classi

Check-up nutrizionale

*Mental coaching con la Dott.ssa Sonja Caramagno
Studio e ripasso delle regole con i giudici della
Federazione Italiana Golf*

*Preparazione atletica a partire da marzo 2018
Uscite in campo con il maestro ed i suoi assistenti
Partecipazione alle gare giovanili organizzate dalla
Federazione Italiana Golf*

*Partecipazione gratuita agli open d'Italia P&P
26-28-28-29 ottobre 2017*

Kit

Cappello da Golf, Guanto, Gilèt in pile

Academy Scuola Giovani	Quota iscrizione e kit	Quota annuale
Scuola Golf neofiti-medi (monosettimanale)	80,00	600,00
Scuola Golf advance (bisettimanale)	80,00	800,00