



Golfakademie Haan-Düsseltal
powered by Stefan Müller

Die Philosophie

Weitere Informationen und Angebote finden sie auf:

www.gahd.de

Kernstufen

 Smaragd	<p><u>Zielgruppe:</u> Anfänger–Handicap 24</p> <p><u>Zielstellung:</u> Regelmäßig unter 100 Schlägen zu spielen</p>
 Rubin	<p><u>Zielgruppe:</u> Handicap 23–Handicap 10</p> <p><u>Zielstellung:</u> Regelmäßig unter 90 Schlägen zu spielen</p>
 Gold	<p><u>Zielgruppe:</u> Single Handicaper</p> <p><u>Zielstellung:</u> Regelmäßig unter 80 Schlägen zu spielen</p>

Bausteine

 Technik	Erlernen und Festigen von Grundtechniken und Schlagvarianten in allen Bereichen des Spiels.
 Taktik / Platz	Entwickeln und Anwenden von Spielstrategien, Schlagvarianten und Lösen von Spielsituationen.
 Mental / Persönlichkeit	Entwickeln und Anwenden von mentalen Strategien und Konzepten wie Routinen, Umgang mit Druck, Entspannungstechniken etc.
 Physis	Entwickeln und Verbessern von Kraft, Schnelligkeit, Beweglichkeit, Koordination und motorischen Programmen.
 Material / Umfeld	Anpassen von Ausrüstung, Trainingsumfeld, Regelkenntnissen etc.