



Lerne Golf in 24 Stunden – Programm 2024

Kursziele:

- Bestmögliche Vorbereitung (Theorie und Praxis) auf die Platzreife
- Spass und Freude am Golfsport
- Erlernen der technischen Grundlagen des Kurzspiels und des Golfschwungs
- Korrektes Verhalten auf der Golfanlage

Woche 1:

- Treffpunkt im Clubhaus
- Begrüssung und Kennenlernen
- Materialabgabe
- Badge für Übungsbälle (Depot Sfr. 10.00)
- Kurze Einführung in die Materialkunde
- Putting und Chippen
- Grundwissen zum Golfschwung

Woche 2:

- Stableford, was bedeutet das? Das Zählsystem wird kurz und einfach erklärt
- Techniktraining im kurzen und langen Spiel
- GASP (Grip/Aim/Stance/Posture)
- Rückschwung / Abschwung / Durchschwung

Woche 3:

- Das Stableford-System wird auf dem Putting Grün in der Praxis umgesetzt.
- Techniktraining im kurzen und langen Spiel



Woche 4:

- Vorbereitung auf das Spielen auf dem Platz – Was müssen wir beachten?
- Techniktraining im kurzen und langen Spiel – eventuelle Korrekturen!

Woche 5:

- Praktisches Aufwärmprogramm vor einer Golfrunde
- 9 Löcher werden als Scramble (spezielle Gruppenspielform) gespielt

Woche 6:

- Aufwärmen vor der Golfrunde
- 5-9 Löcher Einzelspiel nach dem Stableford-System
- Golfregeln werden in der Praxis erklärt

Woche 7:

- Austeilung des Regeltests
- Aufwärmen und anschließend wieder 5-9 Löcher als Einzelspiel

Woche 8:

- 9-Loch Golfspiel
- Korrektes ausfüllen der Scorekarte / Stablefordpunkte
- Zeitlimit für 9 Löcher / 2 Stunden und 15 Minuten

Woche 9:

- Platzreifeversuch! 18 Stablefordpunkte müssen erreicht werden (gerechnet mit Handicap 54)
- Abgabe des Regeltests
- Wir haben es geschafft! Apéro im Clubhaus, Kennenlernen vom Management, Infos zum Clubleben und den möglichen Mitgliedschaften