Jugend
Intensivtage 2024

OPEN.9
GOLF AKADEMIE
Schönstr. 45
85452 Eichenried
jugend@open9.de

In den Osterferien

Intensivtage 1
Mittwoch 27. März 09.45-15.00 Uhr & Donnerstag 28. März 2024 10.00-15.30Uhr

Intensivtage 2
Donnerstag 04. April 09.45-15.00 Uhr & Freitag 05. April 2024 10.00-15.30Uhr

Intensivtage 2

Donnerstag 04.04.2024:

09.45 Uhr:	Welcome in OPEN.9 & Begrüßung
10.00-10.30Uhr:	Aufwärmprogramm auf der Range
10.30-11.00Uhr:	Technikschule Pitchen
11.00-11.15Uhr:	Pitch-Staffel: Festigung der Längen-und Zielpräzision beim Pitchen
11.15-11.20Uhr:	kurze Pause
11.20-11.50Uhr:	Technikschule Bunker
11.50-12.10Uhr:	Stärkung der Bouncekompetenz im Bunker
12.10-12.30Uhr:	Schulung der Distanzkontrolle im Bunker
12.30-13.15Uhr:	Gemeinsame Mittagspause
13.15-14.15Uhr:	Thema schwierige Lagen: Stationstraining auf dem Platz
14.15-15.00Uhr:	Best-Ball mit Hindernissen

Jugend
Intensivtage 2024

OPEN.9
GOLF AKADEMIE
Schönstr. 45
85452 Eichenried
jugend@open9.de

In den Osterferien

Intensivtage 1
Mittwoch 27. März 09.45-15.00 Uhr & Donnerstag 28. März 2024 10.00-15.30Uhr

Intensivtage 2
Donnerstag 04. April 09.45-15.00 Uhr & Freitag 05. April 2024 10.00-15.30Uhr

Intensivtage 2

Freitag 05.04.2024:

09.45Uhr:	Welcome in OPEN.9
10.00-10.15Uhr:	Aufwärmprogramm auf der Range
10.15-11.00Uhr:	Einschlagen + Koordinationsparcour
11.00-11.25Uhr:	Technikschule Eisen inkl. Heranführen an golfspezifische Kopplungsfähigkeiten
11.25-11.40Uhr:	Verbesserung der Anpassungsfähigkeit und Steigerung der Treffmomentqualität (Eisen)
11.40-11.50Uhr:	kurze Pause
11.50-12.15Uhr:	Technikschule Driver unter erschwerten Treffmomentbedingungen
12.15-12.30Uhr:	Weitenkontrasttraining: Schulung des Gefühls für Krafteinsatz und Geschwindigkeit
12.30-13.15Uhr:	gemeinsame Mittagspause
13.15-15.15Uhr:	Kindergolfabzeichen und vorgabewirksames Abschlussturnier
15.15-15.30Uhr:	gemeinsame Siegerehrung