

Jugend Intensivtage 2024

In den Pfingstferien

OPEN.9 GOLF AKADEMIE

Intensivtage Pfingsten

Donnerstag 23. Mai 09.45-15.00 Uhr & Freitag 24. Mai 2024 10.00-15.30Uhr

Intensivtage Pfingsten

Donnerstag 23.05.2024:

09.45 Uhr: Welcome in OPEN.9 & Begrüßung

10.00 -10.15Uhr: Aufwärmprogramm auf der Range

10.15 -10.30Uhr: Verbesserung der golfspezifischen Rhythmisierungsfähigkeit

10.30 -11.00Uhr: Verbesserung des Treffmoments und des Eintreffwinkels beim Eisenschlag

11.00 -11.15Uhr: Bulls-Eye-Challenge

11.15 -11.20Uhr: kurze Pause

11.20 -11.50Uhr: Schulung des Puttens unter Präzisionsdruck

11.50 -12.15Uhr: Schulung des Puttens unter dem Druck Ein-Putts erzielen zu wollen

12.15 -13.00Uhr: Gemeinsame Mittagspause

13.00 -13.15Uhr: Einschlagen auf der Range

13.15 -15.00Uhr: Platztraining

