

Fysieke golfwintertrainingen: Fit de winter door!! Winter 2021-2022

Zorg dat je erbij bent!

De komende winterperiode worden weer vijf fitnesstrainingen georganiseerd om fit de winter door te komen en in het voorjaar fysiek sterker het nieuwe seizoen te kunnen starten.

De trainingsbijeenkomsten vinden plaats op de woensdagavond en starten op 24 november. De begeleiding is in handen van de beide pro's, Rita en Kieran, en de bekende fysiotherapeut Paul Karreman!

Samen gaan zij met jou aan de slag, zodat je meer inzicht krijgt in jouw swing- en fysieke mogelijkheden. Door de swing-gerelateerde oefeningen wordt jouw swing stabiel en flexibeler met minder kans op blessures.

Er wordt getraind in ons clubhuis én op de driving-range!

Na elke training ontvang je oefenschema's om thuis of op de range te oefenen.

- Data: woensdag 24 november, 15 december, 12 januari, 9 februari en 9 maart. Reserve datum: 23 maart
- Tijden: drie groepen 18.00-19.00 uur, 19.00-20.00 uur en 20.00- 21.00 uur
- Investing: vijf trainingen, inclusief oefenschema's en per training een drankje, € 87,50 (*Drankje twv € 2,50. Meerprijs zelf bij betalen)

Wanneer je het van tevoren aangeeft, kun je genieten van een lekkere en voordelig geprijsde daghap tijdens deze avonden voor € 17,50

Geef je snel op via golfschool@hoogegegraven.nl

Vermeld bij de aanmelding je voorkeur voor het tijdstip van de vijf trainingen.

Aanmelden svp vóór 13 november.

