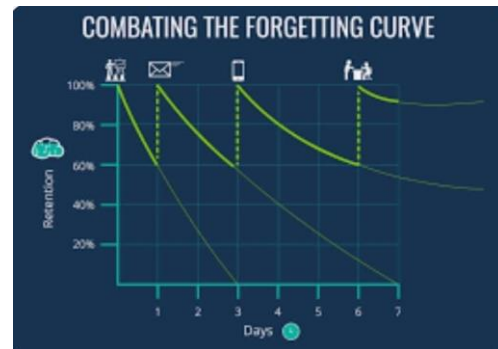


Vinter træning med Klas og Oskar

Har du nogensinde følt, at du ikke husker hvad træneren sagde? Har du glemt hvad der blev sagt og hvad du skulle arbejde på?

Så er du helt normal, dette er helt menneskeligt og har et navn: "The forgetting curve"



To dage efter en træning eller foredrag har du glemt 50% af det der blev sagt. Vi har derfor skabt dette forløb med træning hvor vi fokuserer på nogle vigtige bevægelser i swinget der vil give dig bedre bold træf, oftare. Det vil sige, mer glæde med din golf!

Vi arbejder i små hold, få men vigtige øvelser, du får en video med øvelsen så du kan træne hjemme mellem gangerne, du får sende videos når du laver øvelserne til os og få feedback. Alt dette for at din "learning curve skal være så fordelagtig som muligt.

Vi træner i 40 min og vi er max 4 på et hold, hvilket sikrer høj kvalitet for dig. Vi er i indendørs lokalerne i klubben, hvor vi har adgang til visuell feedback i form af spejle og video udstyr. Nu kan du tilmelde dig holdene der starter i Nov. Holdene efter nytår kommer i næste nyhedsbrev.

Klas Olsson træningshold:

Oskar Almlund træningshold:

Torsdage

Hold 1: 11.00 - 11.40
Hold 2: 11.40 - 12.20
Hold 3: 12.20 - 13.00
Hold 4: 14.00 - 14.40
Hold 5: 14.40 - 15.20
Hold 6: 15.20 - 16.00

Mandage

Hold 1: 10.00 - 10.40
Hold 2: 10.40 - 11.20
Hold 3: 11.20 - 12.00
Hold 4: 13.00 - 13.40
Hold 5: 13.40 - 14.20
Hold 6: 14.20 - 15.00

Datoer: 12/11, 26/11, 3/12, 17/12

Datoer: 16/11, 23/11, 30/11, 7/12

Pris: 750,-/person

Tilmelding til hold med Klas: klas@kgkgolf.dk

Tilmelding til hold med Oskar: oskar@kgkgolf.dk

