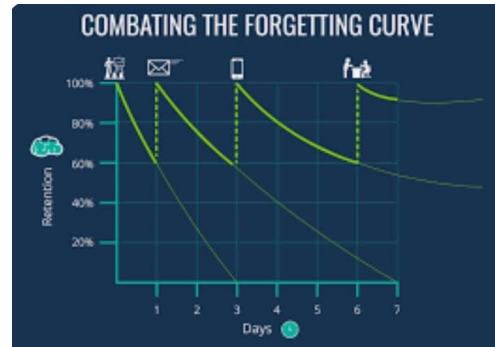


## Vinter træning med Klas og Oskar

Har du nogensin følt at du ikke husker hvad træneren sade? 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 i Jan og Feb

Klas Olsson trænings hold:

Torsdage

Hold 1: 11.00 - 11.40  
Hold 2: 12.00 - 12.40  
Hold 3: 13.00 - 13.40  
Hold 4: 14.00 - 14.40  
Hold 5: 14.40 - 15.20

Datoer: 14/1, 21/1, 4/2, 11/2

Pris: 750,-/pers

Tilmelding til hold med Klas: [klas@kgkgolf.dk](mailto:klas@kgkgolf.dk)

Tilmelding til hold med Oskar: [oskar@kgkgolf.dk](mailto:oskar@kgkgolf.dk)

Oskar Almlund trænings hold

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: 18/1, 25/1, 1/2, 8/2