

# Unterrichtskonzept Junioren Training Golfpark Waldkirch



## Training

Das Training wird von unseren PGA Teaching - Professionals oder kurz Pros betreut. Sie verfügen über eine fundierte golferische Ausbildung mit Methodik und Didaktik. Sie legen im Training sehr viel Wert auf spielerische Elemente, Enthusiasmus, Ehrlichkeit und Geduld. Sie holen die Jugendlichen bei ihrer persönlichen Spielstärke ab mit dem Ziel, in einem ausgewogenen Verhältnis von Technik und Animation auch Freude am Spiel zu vermitteln.

Das Training umfasst sowohl die Spieltechnik wie auch die Spielregeln und die Etikette und führt in gezielten Schritten vom Golfeinsteiger zur Platzreife und weiter zum Handicap. Das bedeutet, dass für jeden Schritt das praktische Spiel und die Theorie erfüllt werden müssen.

Auch im Golfsport ist noch kein Meister vom Himmel gefallen! Es ist deshalb wichtig, dass die Jugendlichen vom Golf überzeugt sind und neben dem Training genügend Zeit zum selbstständigen Üben und Vertiefen der Lektionen haben. Innerhalb der eigenen Trainings-Stufe wird auch auf die persönlichen Zielsetzungen Wert gelegt. Freude am Spiel und ein gesunder sportlicher Ehrgeiz garantieren sichtbare Erfolge und machen das Golfen zum echten sportlichen Erlebnis!

## Trainings - Konzept

Unser Unterrichtskonzept basiert im Wesentlichen auf den Bereichen:

- emotionale und mentale Aspekte des Golfspiels
- Kurzspiele wie Putting, Chipping, Pitching und Bunkerschläge
- Schulung des langen Spiels mit Hölzern und Eisen
- spezielle Schläge wie Rough, Fairway Bunker, Hanglagen
- Spieltaktik und strategisches Vorgehen auf dem Platz
- Konditions- und Koordinationstraining

Um diese Bewegungen zu schulen, benützen wir verschiedene Mittel:

- verbale Erklärungen und Zuhören
- visuelles Erfassen durch Vorzeigen und Videohilfsmittel
- Spiele

# Unterrichtskonzept Junioren Training Golfpark Waldkirch

## Trainingsaufbau nach ASG

Beim Aufbau des Trainings vom Beginner bis zur Platzreife orientieren sich unsere Pros nach dem 3 - Test Modell der ASG (Association Swiss Golf). Die « Junior Golf Tests » sollen helfen, die Spielstärke eines Juniorenanfängers zu bestimmen und seine Fortschritte zu messen. Mit dem Skisport vergleichbar, ist auch im Golf das Ziel, die Junioren zum Goldtest zu bringen, welcher der Platzreife entspricht.

<b>Bronze Test</b>	<b>Silber Test</b>	<b>Gold Test</b>
<b>Putting</b> 10 Versuche (Distanz 10m) 5 Bälle näher als 2m vom Loch	<b>Putting</b> 9 Löcher Maximum = 21 Schläge	<b>Putting</b> 10 Versuche (Distanz 1m) 5 Bälle eingelocht
	<b>Pitching</b> 10 Versuche (Distanz 10m) 5 Bälle näher als 3m vom Loch	<b>Langes Spiel</b> 10 Versuche mit Eisen 7 ab Boden 5 gelungene Schläge 10 Versuche mit einem Holz ab Tee 5 gelungene Schläge
<b>Chipping</b> 10 Versuche (Distanz 10m) 5 Bälle näher als 3m vom Loch	<b>Bunker</b> 10 Versuche 5 Bälle auf dem Green	<b>Platz</b> 9 Löcher Stabelford - Abschlag von Rot Score = 9 Punkte ( Playing Hcp 36 ) richtiges Ausfüllen einer Scorekarte
<b>Langes Spiel</b> 10 Versuche mit Eisen 7 ab Tee 5 gelungene Schläge	<b>Platz *</b> 4 einfache Löcher Stroke Play (angepasste Abschlänge) max. Anzahl Schläge = Double Par Schreibkenntnisse einer Scorekarte	<b>Theorie</b> 10 schriftliche Fragen zu Etikette und Regeln 8 richtige Antworten 10 mündliche Fragen auf Golfplatz 8 richtige Antworten
<b>Theorie</b> 5 mündliche Fragen zu Etikette 3 richtige Antworten	<b>Theorie</b> 10 mündliche Fragen zu Etikette und Regeln 7 richtige Antworten	

## \*Platz Handhabung Waldkirch

2 Runden auf dem 3-Loch Platz:

1. Loch Par 3, maximale Schlagzahl 6
  2. Loch Par 4, maximale Schlagzahl 7
  3. Loch Par 4, maximale Schlagzahl 7
- Score = 6 Stableford Punkte

# Unterrichtskonzept Junioren Training Golfpark Waldkirch

## Übersicht

Vom Beginner zum Spitzengolfer

