

## PLUS TRÆNING 2023 - program for Onsdag

Uge	Dato	MØDESTED	TRÆNING	FOKUS
23	07-jun	Driving Range	Grip, Opstilling, Sving	Preshot Rutine
24	14-jun	Indspilsgreen	Chip - rytme & tempo	Rytme
25	21-jun	Selvtræning - Se plan for selvtræning!!		
26	28-jun	Putting Green	Grundopstilling - Tempo	Opstilling
20	05-jul	Driving Range	Pitching	Rytme & Teknik
21	12-jul	Indspilsgreen	Bunker - Grundprincipper	Feel
22	19-jul	Selvtræning - Se plan for selvtræning!!		
23	26-jul	Putting Green	Greenreading	Øvelser
24	02-aug	Driving Range	Sving med køller	Balance
25	09-aug	Indspilsgreen	Lobslag og flopslag	Tempo
26	16-aug	Driving Range	Balance & Grip	Speed
30	23-aug	Indspilsgreen	Chip m/ forskellige jern	vælg mellem jern
31	30-aug	Driving Range	Svingtræning	Individuelt behov
32	06-sep	Putting Green	Længdekontrol - Feel	Øvelser
33	13-sep	Indspilsgreen	Bunker - forskellige måder at slå	Få bedre feel
34	20-sep	Driving Range	Svingtræning	Individuelt behov

NB. Ret til ændringer forbeholdes!

age

**NOTE**

Medbring selv Rangebolde

Teknisk træning

Medbring selv Rangebolde

Perfect Putter!!

Medbring selv Rangebolde

Mærk dit eget sving - balance

Medbring selv Rangebolde