



GRUPPENTRAINING IM *Golfclub Traunsee- Almtal*

Liebe Mitglieder des Golfclub Traunsee - Almtal,

eine solide Technik, eine präzise Spielstrategie und mentale Stärke sind die Grundlage für erfolgreiches Golf. Mit einem strukturierten Jahres-Trainingsprogramm bieten ich Dir die Möglichkeit, Dein Spiel gezielt zu verbessern – unabhängig davon, ob Du dein Handicap senken oder mehr Konstanz auf dem Platz erreichen möchtest.

In vier aufeinander abgestimmten 5-Wochen-Trainingsblöcken arbeiten wir an den zentralen Elementen des Spiels: Schwungtechnik, langes und kurzes Spiel sowie Taktik und mentale Stärke. Du kannst das gesamte Programm absolvieren oder gezielt einzelne Trainingsblöcke wählen, die Deine individuellen Bedürfnissen entsprechen.

Herren

Termine: Montag 17:30 - 18:45
Mittwoch 17:45 - 19:00

Damen

Termine: Montag 08:30 - 09:45
09:45 - 11:00
Dienstag 17:45 - 19:00

Kosten 130,- pro 5 Wochen Block

Anmeldung Bei PGA Head Pro Tobias Möser



Termine

Schwungmechanik & Technik

1

KW 12
KW 13
KW 14
KW 15
KW 16

In diesem 5-wöchigen Trainingsblock konzentrieren wir uns auf die fundamentalen Elemente des Golfschwungs. Ziel ist es, eine stabile und wiederholbare Technik zu entwickeln, um Ballkontakt, Schwungbalance und Treffmoment zu verbessern.

Termine

Länge, Präzision & Konstanz

2

KW 19
KW 20
KW 21
KW 22
KW 23

In diesem 5-wöchigen Trainingsblock dreht sich alles um das lange Spiel – von kraftvollen Drives bis zu präzisen Eisenschlägen. Wir verbessern die Technik und Taktik für mehr Länge und Kontrolle auf dem Platz.

Termine

Kurzes Spiel & Putten

3

KW 26
KW 27
KW 29
KW 30
KW 31

In diesem 5-wöchigen Trainingsblock konzentrieren wir uns auf das Kurzspiel, den Schlüssel zu niedrigeren Scores. Präzise Chips, gefühlvolle Pitches, sicheres Bunkerspiel und konstantes Putten helfen dir, mehr Up-and-Downs zu schaffen und deine Runden effizienter zu gestalten.

Termine

Taktik & Mentales Spiel

4

KW 33
KW 34
KW 35
KW 36
KW 37

In diesem 5-wöchigen Trainingsblock lernst Du, clevere Spielstrategien zu entwickeln und deine mentale Stärke auf dem Platz zu verbessern. Statt nur an der Technik zu feilen, geht es darum, unter Druck die richtigen Entscheidungen zu treffen und mit mehr Selbstvertrauen zu spielen.