



Juniortræning

Oversigt 2019

UGE	Del 1	Undervisning (Jonas)	Øvelse 1 (Hjælpetræner)	Øvelse 2 (Hjælpetræner)
02-apr	Life Kinetics Rundboldgolf	Lange slag	Lange slag - Fang bolden	Putt - 3 på stribe
03-apr	Stafet Rundboldgolf	Chip	Lange slag - Skraldebang	Chip - Fang grisen
09-apr	Basisopvarm. med et twist. Rundboldgolf	Lange slag	Lange slag - Power Golf	Banker – Sandstorm
10-apr	Fang æslet Rundboldgolf	Pitch	Lange slag - Kreativt hulspil	Pitch - Pladen fuld
16-apr	Stikbold Rundboldgolf	Putt	Lange slag - Rutinen	Putt - Luk hullet
17-apr	Kædefanger Rundboldgolf	Lange slag	Lange slag - Plus 3 minus 2	Chip - Katten Efter Musen
23-apr	"Speedgolf" Rundboldgolf	Bunker	Lange slag - Power Golf	Bunker - skiskydning
24-apr	Krabbefodbold Rundboldgolf	Lange slag	Lange slag - Hjemmebanen	Pitch - forlæns & baglæns
30-apr	Life Kinetics Rundboldgolf	Lange slag	Lange slag - Balancegolf	Putt - to er bedre end én
01-maj	6-dagsløb Rundboldgolf	Chip	Lange slag - Kreativt hulspil	Chip - Ind og I med en makker
07-maj	Spil på bane Rundboldgolf	Lange slag	Lange slag - Rutinen	Bunker - 5, 10 og 15
08-maj	Høvdingebold Rundboldgolf	Pitch	Lange slag - Plus 3 minus 2	Pitch - Ind og i
14-maj	Fysiske strabadser Rundboldgolf	Putt	Lange slag - Power Golf	Putt - Det Skæve Ur
15-maj	Frisbee Rundboldgolf	Lange slag	Lange slag - Skraldebang	Chip - Tiger Woods
21-maj	Krabbefodbold Rundboldgolf	Bunker	Lange slag - Balancegolf	Bunker - Tøm bunkeren
22-maj	Bjørnefodbold Rundboldgolf	Lange slag	Lange slag - Skraldebang	Pitch - Ram pladen
28-maj	Hjernetræning Rundboldgolf	Lange slag	Lange slag - Speedgolf	Putt - 3 på stribe
29-maj	Stikbold Rundboldgolf	Chip	Lange slag - Plus 3 minus 2	Chip - Porten



Juniortræning

Oversigt 2019

UGE	Del 1	Undervisning (Jonas)	Øvelse 1 (Hjælpetræner)	Øvelse 2 (Hjælpetræner)
04-jun	6-dagsløb Rundboldgolf	Lange slag	Lange slag - Fang bolden	Bunker - Ram pladen
05-jun	Stafet m. et twist Rundboldgolf	Pitch	Lange slag - Hjemmebanen	Pitch - Pladen fuld
11-jun	Speedgolf Rundboldgolf	Putt	Lange slag - Power Golf	Putt - Forhindringsbanen
12-jun	Balancetræning Rundboldgolf	Lange slag	Lange slag - Kreativt hulspil	Chip - Vælt pyramiden
18-maj	Life Kinetics Rundboldgolf	Bunker	Lange slag - Rutinen	Bunker - Sandslottet
19-maj	Golfbanens skræk Rundboldgolf	Lange slag	Lange slag - Balancegolf	Pitch - Sammenhold
25-jun	"Sig som et dyr" Rundboldgolf	Lange slag	Lange slag - Fang bolden	Putt - Mand eller mus
26-jun	Stikbold Rundboldgolf	Chip	Lange slag - Hjemmebanen	Chip - Curling
06-aug	Krabbefodbold Rundboldgolf	Lange slag	Lange slag - Happy Gilmore	Bunker - Sandslot for hold
07-aug	Fang æslet Rundboldgolf	Putt	Lange slag - Speedgolf	Putt - Golfvikinger
13-aug	Life Kinetics Rundboldgolf	Lange slag	Lange slag - Fang bolden	Putt - 3 på striben
14-aug	Stafet Rundboldgolf	Chip	Lange slag - Skraldebang	Chip - Fang grisen
20-aug	Basisopvarm. med et twist. Rundboldgolf	Lange slag	Lange slag - Power Golf	Banker - Sandstorm
21-aug	Fang æslet Rundboldgolf	Pitch	Lange slag - Kreativt hulspil	Pitch - Pladen fuld
27-aug	Stikbold Rundboldgolf	Putt	Lange slag - Rutinen	Putt - Luk hullet
28-aug	Kædefanger Rundboldgolf	Lange slag	Lange slag - Plus 3 minus 2	Chip - Katten Efter Musen
03-sep	"Speedgolf" Rundboldgolf	Bunker	Lange slag - Power Golf	Bunker - skiskydning



Juniortræning

Oversigt 2019

UGE	Del 1	Undervisning (Jonas)	Øvelse 1 (Hjælpetræner)	Øvelse 2 (Hjælpetræner)
04-sep	Krabbefodbold Rundboldgolf	Lange slag	Lange slag - Hjemmebanen	Pitch - forlæns & baglæns
10-sep	Life Kinetics Rundboldgolf	Lange slag	Lange slag - Balancegolf	Putt - to er bedre end én
11-sep	6-dagsløb Rundboldgolf	Chip	Lange slag - Kreativt hulspil	Chip - Ind og i med en makker
17-sep	Spil på bane Rundboldgolf	Lange slag	Lange slag - Rutinen	Bunker - 5, 10 og 15
18-sep	Høvdingebold Rundboldgolf	Pitch	Lange slag - Plus 3 minus 2	Pitch - Ind og i
24-sep	Fysiske strabadser Rundboldgolf	Putt	Lange slag - Power Golf	Putt - Det Skæve Ur
25-sep	Frisbee Rundboldgolf	Lange slag	Lange slag - Skraldebang	Chip - Tiger Woods
01-okt	Krabbefodbold Rundboldgolf	Bunker	Lange slag - Balancegolf	Bunker - Tøm bunkereren
02-okt	Bjørnefodbold Rundboldgolf	Lange slag	Lange slag - Skraldebang	Pitch - Ram pladen
08-okt	Hjernetræning Rundboldgolf	Lange slag	Lange slag - Speedgolf	Putt - 3 på stribe
09-okt	AFSLUTNING	AFSLUTNING	AFSLUTNING	AFSLUTNING

Efter hver træning har vi historier/oplevelser for dagen – sjov og spas