



Option

Stage de golf

6 nuits en demi-pension + 5 golfs

www.sejourngolftour.com

Le stage

- 1h30 de cours le matin,
- Parcours accompagnés l'après-midi du Lundi au vendredi
- Mercredi journée light : Matin pitch and putt 18 trous et après-midi libre

Contenu du stage:

1. Vérification des bases techniques (grip, posture, alignement).
2. Ateliers pédagogiques de petit jeu (approches levées, roulées, sortie de bunker, putting).
3. Amélioration de votre grand jeu grâce un ou deux points techniques.
3. Petits jeux et parcours à thèmes sur les différents golfs de la région.

Parcours accompagnés :

1. Tactiques et stratégies de jeu
2. Vérifications de la mise en application des points techniques travaillés en cours
3. Débriefing de votre parcours grâce à la vidéo sur Ipad



**Des
parcours
de rêves**

L'hébergement

7 jours 6 nuits dans un l'hôtel ****

Ce tarif comprend :

- 5 Green-fees (4 parcours 18 trous et 1 pitch and putt)
- Hébergement en demi-pension et petit déjeuner compris

Ce tarif ne comprend pas :

- Le transport
- Les repas du midi qui sont pris aux clubs house des golfs (ainsi que celui du pro à diviser entre le nombre de participants)



Programme du stage

1^{er} Jour

Matin

- travail de wedging pour les coups de 30, 50, 70, 90 mètres.
- Grand Jeu: révisions et corrections individuelles. Grip, posture, alignement, plus travail individuel d'un ou deux points techniques
- Prise et analyse vidéo

Après midi

Parcours 18 trous accompagnés

- vidéo sur le parcours en direct

2^{ème} Jour

Matin

- Travail technique approches roulées + putting circuit performance

Après midi

Parcours 18 trous accompagnés

- vidéo sur le parcours visionnage en direct
- Vérifications de la mise en application des points techniques travaillés en cours

3^{ème} Jour

- Stretching.
- Approches lobées et pitching
- Petite compétition Stroke play sur un PITCH & PUTT

Après midi libre (achat, culture, soins)

4^{ème} Jour

Matin

- Travail technique petit jeu + approches hautes wedging
- Travail technique individuel (un ou deux points à améliorer) sur les hybrides et bois

Après midi

Parcours 18 trous accompagnés

- Tactiques et stratégies de jeu
- **Vérifications de la mise en application des points techniques travaillés en cours**

5^{ème} Jour

Matin

- Débriefing individuel au practice
- Circuit petit jeu vérification des acquis
- Petit match play au putting

Après midi

Parcours 18 trous accompagnés

- Tactiques et stratégies de jeu
- **Vérifications de la mise en application des points techniques travaillés en cours**

Plus d'informations sur www.sejourgolfs.com

06.63.66.97.41