

COURS COLLECTIFS

Apprendre & progresser en groupe quel que soit le niveau

Nous proposons des cours collectifs à tous les membres et non membres du golf du Rochat sur des thèmes techniques et biomécaniques toutes les semaines .

Contenu des cours

Échauffement et exercices physiques
Détection des possibilités physiques et biomécaniques , méthode (TPI)
Conseils adaptés et personnalisés pour chaque élève
Vidéo
Correction et exercices d'améliorations biomécaniques et techniques individualisés
Nombre de personnes : *entre 4 et 8 personnes*

Thèmes des cours abordés

Développement de la vitesse
Sortie de bunker
Coups spécifiques (en pentes, punchés)
Stratégie de parcours
Attaque de green
L'importance des appuis et équilibres dans le swing

Tarif

Par session

30 € par personne

Sur réservation par mail ou au secrétariat jusqu'à la veille au soir.

Minimum 4 personnes

Les balles de practice sont inclus dans le tarif