

Dato/ Kursusuge	Mentorer	Træningstype	Golføvelser			Andet	Morbæk banen Mandag
			Driving range Undervisning	Indspilsbanen/Bunker Træningsøvelse	Putting / Indspil/Bunker Træningsøvelse		
23 april/ 17	ALLE	Færdighedstræning	Lange slag (Pro)	Chip (Mentor) Korte chipslag - "chip-n-run"	Mit udstyr, min bold Putt - Kom så makker / jorden rundt (Mentor)	23/4 Velkomst og gennemgang af kursusforløbet, træningsfaciliteter mv. Gennemgang af bag	N/A
30 april/ 18		Færdighedstræning	Lange slag - Luk hullet (Mentor)	Bunker - Ram pladen (Pro)	Putt - Luk hullet	30/4 Spørgsmål fra og evaluering af sidste træningsdag? Gælder alle spilledage, både på Marbæk og på Hjortespring	27/4 Intro Banevandring
7 maj/ 19		Færdighedstræning Banetræning - Banen, flow, sikkerhed	Lange slag - skift jern/køller (Pro)	Pitch/Chip - Ram pladen (Mentor)	Indspil - skift jern (Mentor)	7/5 Spørgsmål fra sidste træningsdag Brug af træningsfaciliteter Lav en lukket gruppe FB el. Messenger	4/5 Banetræning Gennemgang af udleveret materiale 1. regelaften, 20 min: Sikkerhed, etikette, flow
14 maj/ 20						14/5 Kr. Himmelfart - ingen træning	11/5 Opvarmning Vi spiller et par huller i små hold. Mentor knyttet til hvert hold. Gennemgang af pæle, repetition af Sikkerhed og etikette.
21 maj/ 21		Færdighedstræning Banetræning	Lange slag (Pro)	Pitch/Chip - Luk hullet (Mentor)	Putt - Katten efter musen og andre øvelser. (Mentor)	21/5 Spørgsmål fra sidste træning. Regler og etikette. Spilletempo. Brug træningsfaciliteterne	18/5 Repetition af pælens betydning Dropperregler Etikette (mig selv) Efter spil: Følge op m. spørgsmål til regler og spil
26 maj/ 22	Jan Starup	Ekstra	Regelundervisning - 2 timer - kl. 18-20 Hjortespring mødelokale v/ Jan Starup			Tirsdag d. 26/5 REGELKURSUS 2 TIMER	
28 maj/ 22		Færdighedstræning Banetræning	Lange slag (Pro)	Pitch/Chip - Ram pladen (Mentor)	Putt - Hastighed og hældninger (Mentor)	28/5 Spørgsmål fra sidste træning	25/5 2. Pinsedag ingen spil
4 juni/ 23		Færdighedstræning Banetræning	Lange slag (Pro)	Chip - Forlæns & Baglæns (Mentor)	Putt - ind og i, hældninger og skift af jern (Mentor)	4/6 Spørgsmål fra sidste træning og regelkursus. Generelt: Hvad sker der efter endt træningsforløb?	1/6 Spørgsmål fra sidste træning Lav en holdliste - find træningsmakere Banetræning . Vi når 4 huller
11 juni/ 24		Færdighedstræning Banetræning	Lange slag (Mentor)	Bunker - Ram pladen (Pro)	Putt - Små chip udefra, skift af jern (Mentor)	11/6 Spørgsmål fra sidste træning Aftale spil på banen med holdkammerater?	8/6 Spørgsmål fra sidste træning Banetræning bliver lavet som mini- turnering (med mentorer)
18 juni/ 25		Færdighedstræning Banetræning	Lange slag - ram inden for porten, rutiner (Pro)	Opfølgning på bunkerlag (Mentor)	Putt, par-konkurrence hul 1-9 (Mentor)	18/6 Spørgsmål fra sidste træning	15/6 Hvad sker der efter endt træningsforløb?
25 juni/ 26		Færdighedstræning Banetræning	Lange slag - opfølgning (Pro)	Chip/Pitch - ram inden for porten (fra forskellige længder) (Mentor)	Kryds & Bolle Shoot-out konkurrence (Mentor)	25/6 Spørgsmål fra sidste træning Afslutning færdighedstræning Farvel og tak	29/6 Spørgsmål fra sidste træning Spil på banen
2 juli/ 27							6/7 Banetræning, evt. mini- turnering (med mentorer) & Farvel

Navne på træningsøvelser refererer til DGUs hæfte "Voksentræning i Golf", som alle mentorer har fået udleveret.

*) Planen for teknisk træning omfatter kun torsdag aften, som er det eneste hold, der er delt på 3 øvelsesstationer.