

# Breddträning



## Sommar 2022:

Träningsinnehåll:

- Ordinarie träning, 1 g/vecka + spelträning + BOoM tävling, vecka 19-24.
- Ordinarie träning, 1 g/vecka + spelträning + BOoM tävling, vecka 33-36.

*Vi har tränat i grupp med individuella instruktioner, övningar och tester. Programmet har innehållit allt som man behöver för att utvecklas som golfspelare med teknikträning, bollflyktslagar, Spel på banan, Teori & Regler, Säkerhet, Vett & Etikett, Speltempo samt förhållningssätt till andra och sig själv.*

## Vinter 2022-2023 – 4 st grupper – 20 st spelare:

Träningsinnehåll:

- Bredd 1, Lördagar, varannan vecka, jämna veckor, kl. 10.00
- Bredd 2, Lördagar, varannan vecka, jämna veckor, kl. 11.00
- Bredd 3, Lördagar, varannan vecka, jämna veckor, kl. 12.00
- Bredd 4, Lördagar, varannan vecka, jämna veckor, kl. 15.30

*Alla grupper startar vecka 45, direkt efter höstlovet och pågår till vecka 14.*

**Totalt innehåller programmet 12 st gruppträningspass.**

*Vi tränar med hjälp av LaunchMonitors och video.*

## Sommar 2023 – 7 st grupper – 70 st spelare:

Träningsinnehåll:

- Ordinarie träning, 1 g/vecka + spelträning + BOoM tävling, vecka 19-24.
- Ordinarie träning, 1 g/vecka + spelträning + BOoM tävling, vecka 33-36.

**Totalt innehåller programmet 30 st gruppträningspass.**

**Nästa steg i utvecklingstrappan är våra Rookie Tour grupper.**

Kontaktperson: Malin Granstad, [junior@tabygk.se](mailto:junior@tabygk.se), [www.tabygk.se](http://www.tabygk.se)

Läs mer och anmäl dig här: <https://tabygk.kanslietonline.se/vara-golfaktiviteter/juniorverksamhet/>

