

PLANNING ECOLE DE GOLF 2018

- FEVRIER / MARS/ AVRIL / MAI: 12 Séances de 2 H

1. 2H : Journée découverte et inscription école de golf 07/03
2. 2H : séance test de niveau et attribution d'un groupe. 14/03
3. 1H : practice : Grip/ Posture/Alignement 21/03
1H : Putting contest
4. 1H : Practice échauffement 28/03
1H : **PARCOURS**/ règles / étiquette
5. 1H : Bunker 04/04
1H : Practice, Routine

VACANCE SCOLAIRE du 07/04 au 15/04

6. 2H : Jeux / concours individuel, équipes 18/04
Connaître l'étiquette, les différentes formes de jeu et les généralités. (Livret Bons plis du golf)
7. 1H : Approche roulé / jeux pétanque 25/04
1H : Practice, visée, trajectoire
8. 1H : Practice échauffement 02/05
1H : **PARCOURS à thème**
9. 1H : Bunker 09/05
1H : Practice, Routine
10. 1H : Practice, Rythme/contact 16/05
1H : Règles de golf
11. 2H : Echauffement / **PARCOURS à thème préparation drapeaux** **23/05**
12. 2H : Echauffement / **PARCOURS PASSAGE DRAPEAUX** 30/05

Connaître l'aire de départ, jouer la balle, Balle au repos déplacée. (Livret Bons plis du golf)

- **JUIN / JUILLET / AOUT/ SEPTEMBRE : 13 Séances de 2 heures**

1. 1H : Approche lobés 06/06
1H : Practice, Vitesse

VACANCE SCOLAIRE du 09/06 au 24/06

2. 1H : Practice, Rythme/contact 27/06
1H : Règles de golf

3. 2H : Echauffement / **PARCOURS à thème** 04/07

4. 1H : PUTTING / contest 11/07
1H : Practice, GRIP/POSTURE/ALIGNEMENT

5. 1H : Approche basic / jeux équipes 18/07
1H : Practice, Contact de balle

6. 1H : Approche roulé / jeux performance 25/07
1H : Practice, Vitesse
Connaître Balle en mouvement déviée ou arrêtée, Relever, dropper et placer la balle, le Green. (Livret Bons plis du golf).

7. 1H : Practice échauffement 01/08
1H : **PARCOURS à thème**

8. 1H : Bunker contest 08/08
1H : Practice, Routine visualisation

VACANCE SCOLAIRE du 11/08 au 26/08

9. 1H : PUTTING contest 29/08
1H : Practice, GRIP/POSTURE/ALIGNEMENT

10. 1H : parcours 50m approche contest 05/09
1H : Practice, Contact de balle

11. 1H : Approche roulé 12/09
1H : Practice, Vitesse, bois

12. 1H : Practice échauffement 19/09
1H : PARCOURS / **PASSAGE DRAPEAUX**

Connaître Balle perdue ou Hors-limites, obstacle d'eau, obstacles d'eau latéraux. (Livret Bons plis du golf).

13. 2H : Jeux / concours individuel, équipes 26/09

- **OCTOBRE / NOVEMBRE / DECEMBRE : 09 Séances de 2H**

- | | |
|--|-------|
| 1. 2H : PARCOURS à thème | 03/10 |
| 2. 2H : PARCOURS pitch & putt | 10/10 |
| 3. 2H : PARCOURS à thème | 31/10 |
| 4. 1H : practice : Grip/ Posture/Alignement
1H : Putting contest | 05/11 |
| 5. 1H : parcours 50m approche contest
1H : Practice, Contact de balle | 14/11 |
| 6. 1H : Approche lobé/ roulé contest
1H : Practice : vitesse/ bois | 21/11 |

Connaître Balle injouable, Dégagement, Détritus, obstructions. (Livret Bons plis du golf)

- | | |
|--|-------|
| 7. 2H : PARCOURS thème préparation compétition | 28/11 |
| 8. 2H : Compétition école de golf / <u>PASSAGE DRAPEAUX</u>
1H : Goûter et remise des prix | 05/12 |
| 9. 2H : Jeux / concours individuel, équipes | 12/12 |

VACANCE SCOLAIRE