



L'école de Golf

Terre Blanche Golf Academy



Planning prévisionnel des séances de l'école de golf
(hors baby golf) susceptible d'être modifié en cours d'année

Programme de l'école de golf 2022 / 2023

« Des sessions de préparation physique et mentale
seront intégrées pour les Groupes ELITE »

	SEPTEMBRE		OCTOBRE		NOVEMBRE		DECEMBRE		JANVIER
	Vacances scolaires	Séance 3	<ul style="list-style-type: none"> Echauffement + contrôle des bases (Grip, posture, alignement) Travail technique swing + putting long avec jeux 	Séance 6	<ul style="list-style-type: none"> Echauffement + contrôle des bases (Grip, posture, alignement) Travail technique swing + approches roulées avec jeux 	Séance 10	<ul style="list-style-type: none"> Séance Petit-jeu : Test PELZ + jeux 		
		Séance 4	<ul style="list-style-type: none"> Echauffement + contrôle des bases (Grip, posture, alignement) Travail technique swing + circuit approches roulées / putt 	Séance 7	<ul style="list-style-type: none"> Séance Petit-jeu : Bunker + challenges autour du green 	Séance 11	<ul style="list-style-type: none"> Echauffement + contrôle des bases (Grip, posture, alignement) Travail technique swing + putting avec jeux 	Séance 13	<ul style="list-style-type: none"> Echauffement + contrôle des bases (Grip, posture, alignement) Travail technique swing + explication passage des drapeaux
Séance 1	<ul style="list-style-type: none"> Echauffement + contrôle des bases (Grip, posture, alignement) Travail technique swing + putting court avec jeux 	Séance 5	<ul style="list-style-type: none"> Parcours à thème 	Séance 8	<ul style="list-style-type: none"> Echauffement + contrôle des bases (Grip, posture, alignement) Travail technique swing + putting avec jeux 	Séance 12	RACE KIDS de Noël	Séance 14	<ul style="list-style-type: none"> Echauffement + contrôle des bases (Grip, posture, alignement) Entraînement passage des drapeaux
Séance 2	<ul style="list-style-type: none"> Echauffement + contrôle des bases (Grip, posture, alignement) Travail technique swing + approches roulées avec jeux 	Vacances scolaires	Séance 9	<ul style="list-style-type: none"> Parcours à thème 		Séance 15		<ul style="list-style-type: none"> Echauffement + contrôle des bases (Grip, posture, alignement) Petit jeu + règles et étiquette 	
								Séance 16	<ul style="list-style-type: none"> Parcours à thème
	FEVRIER		MARS		AVRIL		MAI		JUIN
Séance 17	<ul style="list-style-type: none"> Challenge de putting (18 trous) 	Séance 19	<ul style="list-style-type: none"> Echauffement + contrôle des bases (Grip, posture, alignement) Travail technique swing + approches roulées et bunker 	Séance 23	RACE KIDS de Pâques	Séance 26	<ul style="list-style-type: none"> Echauffement + contrôle des bases (Grip, posture, alignement) Travail technique swing + approches roulées avec jeux 	Séance 30	<ul style="list-style-type: none"> Echauffement + contrôle des bases (Grip, posture, alignement) Travail technique swing + approches roulées avec jeux
Séance 18	RACE KIDS de Carnaval	Séance 20	<ul style="list-style-type: none"> Séance Petit-jeu : Test PELZ + Chipping - Putting - Bunker 			Vacances scolaires	Séance 27	<ul style="list-style-type: none"> Séance Petit-jeu : Bunker et approches autour du green 	
		Séance 21	<ul style="list-style-type: none"> Echauffement + contrôle des bases (Grip, posture, alignement) Travail technique swing + pétanque de chipping 		Séance 28		<ul style="list-style-type: none"> Parcours à thème 		<ul style="list-style-type: none"> Entraînement libre
	Vacances scolaires	Séance 22	<ul style="list-style-type: none"> Parcours à thème 	Séance 24	<ul style="list-style-type: none"> Echauffement + contrôle des bases (Grip, posture, alignement) Travail technique swing + putting jeux 	Séance 29	<ul style="list-style-type: none"> Challenge Petit-jeu 		<ul style="list-style-type: none"> Entraînement libre
					Séance 25	<ul style="list-style-type: none"> Echauffement + contrôle des bases (Grip, posture, alignement) Entraînement passage des drapeaux 			