

# Pack *Perfectionnement*

Terre Blanche Golf Academy

2023-2024

Planning prévisionnel des séances du Pack Perfectionnement, susceptible d'être modifié en cours d'année

Programme des 29 séances de 2 heures

SEPTEMBRE (révisions bases techniques)		OCTOBRE (révisions bases techniques)		NOVEMBRE (révisions bases techniques)		DÉCEMBRE (révisions bases techniques)		JANVIER (acquérir une mise en jeu efficace) fers + hybride - driver	
		Semaine 40	• Travail swing/ établir une routine d'échauffement + petit jeu (practice/approches roulées performance)	Semaine 45	• Travail swing + petit jeu (practice/putting + sorties de bunker longues performance)	Semaine 49	• Travail swing + petit jeu (practice/putting courts +roulées performance)	Semaine 2	• Travail swing + petit jeu (practice/putting moyens + levées )
		Semaine 41	• Travail swing + petit jeu (practice/putting moyens performance)	Semaine 46	• parcours (établir une routine et stratégie/règles en situation)	Semaine 50	• Travail swing + petit jeu (practice/approches levées /sorties de bunkers performance)	Semaine 3	• Travail swing + petit jeu (practice/putting longs + bunkers )
		Semaine 42	• Travail swing + petit jeu (practice/approches roulées performance)	Semaine 47	• Travail swing + petit jeu (practice/putting+ sortie de bunkers green performance)	Semaine 51	• Parcours école (jouer dans le par/par +1)	Semaine 4	• Travail swing + petit jeu (practice/règles )
			Vacances scolaires	Semaine 48	• Travail swing + petit jeu (practice/putting +règles)		Vacances scolaires		
Semaine 39	•Analyse vidéos swing (practice/putting courts performance)								

FEVRIER (avoir une mise en jeu efficace) fers + hybride - driver		MARS (avoir une mise en jeu efficace) fers + hybride - driver		AVRIL (premier index ou améliorer son index)		MAI (premier index ou améliorer son index)		JUIN (premier index ou améliorer son index)	
Semaine 5	• Travail swing + petit jeu (practice/coups à 30m/50m performance)	Semaine 10	• Travail swing + petit jeu (practice/parcours performance )	Semaine 13	• Travail swing + petit jeu	Semaine 18	• Travail swing + petit jeu	Semaine 22	• Grip/posture/alignement (practice/petit jeu court )
Semaine 6	• Travail swing + petit jeu (practice/coups à 90m performance)	Semaine 11	• Parcours école	Semaine 14	• Parcours (stratégie/règles)	Semaine 19	• Parcours (stratégie/règles)	Semaine 23	• Parcours (compétition 9 trous)
Semaine 7	• Travail swing + petit jeu (practice/putting courts performance)	Semaine 12	• Travail swing + petit jeu (practice/petit jeu court performance )	Semaine 15	• Travail swing + petit jeu	Semaine 20	• Travail swing + petit jeu		
	Vacances scolaires				Vacances scolaires	Semaine 21	• Parcours (stratégie/règles)		

Terre Blanche Golf Academy

104 Impasse des Grandes Terrasses  
83440 Tourrettes



Contact

Tél: +33 (0) 4 94 39 38 97  
E-mail: tbga@terreblanchemgolf.com