



PROGRAMME STAGE 4 JOURS* 13H

JOUR 1 : 3H

- Échauffement spécifique golf
- Analyse vidéo de votre swing
- Entraînement technique du grand jeu
- Chipping sur la zone de petit jeu

JOUR 2 : 4H

- Échauffement spécifique golf
- Parcours accompagné : stratégie & routine
- Débriefing
- Ateliers individualisés

JOUR 3 : 3H

- Échauffement spécifique golf
- Atelier coups en pente sur herbe
- Étalonnage wedging - coups en-dessous de 100m
- Atelier putting

JOUR 4 : 3H

- Échauffement spécifique golf
- Entraînement grand jeu
- Exercices personnalisés
- Bilan du stage

* sous réserve de modifications