



TRAINING CENTER

BERNARD PASCASSIO

STAGE

Smart Motion

Une nouvelle approche de votre swing grâce à
la découverte de vos préférences motrices

DOMINIQUE LARRETCHÉ
LAURENT PARGADE

Avec la participation exceptionnelle
de **Ralph Hippolyte** et **Oanh Nguyen**,
fondateurs de H&N Smart motion



PHILOSOPHIE

L'individu et ses particularités sont au coeur de la performance. Il convient d'identifier ses préférences naturelles afin d'agir et interagir de manière écologique. Par l'optimisation du mouvement, l'individu est capable de se connecter aux ressources nécessaires à son accomplissement.



La motivation de H&N Smart Motion est de revenir à l'essentiel dans l'accomplissement de toutes les performances : l'être humain, ses préférences et son fonctionnement naturel. Par l'analyse de l'intelligence motrice et sensorielle de chacun, de son caractère, de ses réactions face aux situations rencontrées, nous sommes à même de privilégier connaissance de soi, détente et performance.

Ralph Hippolyte et Oanh Nguyen travaillent depuis plusieurs années avec de nombreux sportifs de haut niveau, champions du monde et champions Olympiques: Grégory Baugé, Tony Estanguet, Lucie Decosse etc...

PROGRAMME DU STAGE

LUNDI

9H - 12H30

Echauffement spécifique golf
Analyse vidéo : bilan de votre swing
Travail technique du grand jeu
Chipping sur la zone de petit jeu

14H - 18H00

RALPH HIPPOLYTE & OANH NGUYEN

Test de motricité

Testing AAT

MARDI

9H - 13H

RALPH HIPPOLYTE & OANH NGUYEN

Mise en situation au Training Center

Grand jeu

Attaques de green

14H - 17H30

RALPH HIPPOLYTE & OANH NGUYEN

Petit-jeu

MERCREDI

9H - 12H30

Correction individuelle grand jeu
Mise en situation au Training Center

14H - 17H30

Mise en application sur le parcours

JEUDI

9H - 12H30

Travail personnalisé :
Grand jeu et petit jeu

BILAN GENERAL DU STAGE



INFOS & RESERVATION

Louise Gateau Chovelon

l.gateauchovelon@golfdumedocresort.com

+33 (0) 05.56.70.11.94



GOLF DU MEDOC

RESORT

BORDEAUX - FRANCE

