

Golf Short Trip Italien

Mental & Fitness am Gardasee

im Palazzo Arzaga & Garda Golf

Termine siehe Website

Ganzheitliches Golf Coaching auf den 2 schönsten Plätzen am Gardasee



Neben der Kräftigung der Muskulatur, der Steigerung von Flexibilität und golferischer Ausdauer wird vor allem die mentale Ebene in das Short Trip Coaching mit einbezogen. Bestehende Technik optimieren und vereinfachen, sowie motorische Fähigkeiten stärken.

Wertvolle Tipps & Tricks für mehr Konstanz im komplexen Golfspiel.

Simple Strategie am Platz, um aus miesen Schlägen noch ein Ergebnis zu erreichen.

Das 7 Punkte Programm

- **Spieler Profil Analyse** mit get together am 1.Tag | Zeit-Ziel-Aufwand-Ertrag: Was sind deine Wünsche? Wie trainierst du effizient am Platz? Was brauchst du statt der Range um mein Handicap zu verbessern?
- **Golf Work Out outdoor mit Musik** Balance & Koordination | Schnellkraft Training | Stretching
- **Golfspezifisches Bewegungsmuster Training** - Seiltraining, Flexisticks oder Balance Pads, Terra Bands & ihr Eigengewicht
- **Technical Basics im Trainingsareal** | „Wir ändern nicht Ihren Griff, sondern Ihren Druck...“
- **Gemeinsames Spiel am Platz** am Championship Course | Profi Taktik & Strategie. Wir sind dein Personal Caddy und ergänzen deine persönliche Spielsituation mit Taktik, Mental, Technik on Course. Wie findest du die optimale Ausrichtung oder Schlägerwahl vor dem Grün?
- **Mental Coaching** „Die Situation bleibt, die Sichtweise ändert sich...!“ Wie verteile ich meine Konzentration über 18 Loch? Fast Recovery - wie werde ich Ärger und andere Störfaktoren rasch los? Improvisation - Erfolg obwohl es anders kommt als gedacht.
- **Callaway** - Testmaterial am Platz & individuelles Schlägerfitting auf Wunsch. Auf Ihren Körper und Spielstärke angepasste Schläger reduzieren die Streuung und verlängern Ihre Driveshots. Eisen- & Hölzer - Fitting.

ab € 790,- p.Person

7 Punkte Coaching Programm täglich 2x 10 - 17 Uhr & 1x 10 - 13 Uhr

**incl. 2x 18 Loch & 1x 9 Loch Greenfee im (GC Arzaga, GC Garda Golf), Rangebälle,
Wasser & Golfersnack, Geschenke unserer Partnerfirmen & persönliche Trainingsunterlagen**

Golf Training mit Christoph in der exklusiven Gruppe bis max. 8 TeilnehmerInnen / ab 7 Teiln. mit 2 Golf Trainer.

Hotelempfehlungen: Bitte frag uns, wir geben die besten Empfehlungen in der Nähe der Golfplätze.

Hier zur Anmeldung | office@nadinerass.com | www.nadinerass.com | +43 650 5951 430

Anmeldeschluss: 12 Tage vor Termin | Es gelten unsere AGB