

Golf - med ett annat fokus

Vill du utveckla din golf ur ett annat fokus?

Jag erbjuder dig en helg i stugmiljö i Havängs Sommarby på Österlen i mars månad tillsammans med likasinnade.

Är du öppensinnad och vill fokusera en helg med det andra som påverkar dig på golfbanan, men som ofta kommer i skymundan?

Vad har du för fysiska förutsättningar? Vad kan du göra för att förbättra dem?

Spelar din hjärna dig ett spratt lite då och då? Hur är ditt fokus?

Hur ser din tid ut för träning och spel?

Under helgen erbjuds aktiviteter både inomhus och utomhus (alla aktiviteter görs i anknytning till stugan och ej på någon golfanläggning):

- Träning med styrka, rörlighet och balans
- Alternativ träning för puls som gynnar golfsvingen
- Alternativ träning med putter, chip-, pitch- och din favoritklubba
- Massage
- Coaching
- Lite om mat och dryck & vad som kan vara bra att ha med sig ute på banan

Vi träffas på lördagen kl 9 och startar med frukost och avslutar på söndagen med lunch kl 14.

Vi är 7-9 deltagare

Vi lagar maten tillsammans

Frukost, lunch och middag på lördagen & frukost och lunch på söndagen ingår

Pris 1500:-/person

Vid intresse, anmäl dig genom att skicka ett mail till theresebergdahl@gmail.com (ej bindande)

Välj mellan nedan datum (kan du mer än ett datum ange gärna det)

9-10 mars

23-24 mars

Passar en vardag dig bättre, ange gärna det så återkommer jag med datum

Mvh Therese, Teres Minor

