



KURSPROGRAMM WINTERSAISON 2022/23

Gemeinsam durch den Winter

Bleiben Sie über den Winter im Schwung! Egal ob nur zum Training oder von Zeit zu Zeit auf dem Platz. Unsere Golfprofessionals zeigen Ihnen, wie Golf auch bei kalten Temperaturen richtig Spaß machen kann.

Kursumfang:

8 Übungseinheiten á 100 Minuten +
1 Übungseinheit á 200 Minuten (zum Abschluss)

Kursinhalte:

- Planvolles Aufwärmen und Einschlagen vor dem Training
- Situative Übungsreihen auf der Driving Range (Wedges, Eisen, Hölzer, Driver)
- Einbindung des Launch Monitors „Trackman 4“ (u.a. für kleine Spiele wie Yardage Pitchen, Nearest to the pin, Longest Drive)
- Einmal im Monat: Spiel auf dem Platz
- Gemeinsamer Abschluss mit 9 Loch-Turnier

Kurszeiten:

- Bei Adrian Winter: sonntags, 10.00 – 11.40 Uhr, an folgenden Terminen:
04.12.22 / 18.12.22 / 08.01.23 / 22.01.23 / 05.02.23 / 19.02.23 / 05.03.23 /
19.03.23 / 02.04.23 (200 Min.)
- Bei Michel Bauer: samstags, 10.00 – 11.40 Uhr, an folgenden Terminen:
03.12.22 / 17.12.22 / 07.01.23 / 21.01.23 / 04.02.23 / 18.02.23 / 04.03.23 /
18.03.23 / 01.04.23 (200 Min.)

Personenzahl pro Kurs:

Mindestens 4, maximal 8

Preis pro Person:

299,00 €

Fully Qualified PGA Golfprofessionals:

Adrian Winter - 0171 / 81 37 991 - winter@golf-klub-braunschweig.de

Michel Bauer - 0171 / 91 39 529 - bauer@golf-klub-braunschweig.de



Gestärkt in die nächste Saison

Vielen Golferinnen und Golfer legen über die Winterzeit erst einmal eine Pause ein. Dabei sind insbesondere die Wintermonate aufgrund der Turnier-Pause ideal geeignet, um intensiv und nachhaltig seinen Golfschwung zu verbessern. Von November bis März bleibt ausreichend Zeit, um sich an neue Bewegungsabläufe zu gewöhnen und diese pünktlich zum Saisonstart sicher umsetzen zu können.

Kursumfang:

1 Übungseinheit á 150 Minuten (zum Auftakt), 5 Übungseinheiten á 50 Minuten
+ 1 Übungseinheit á 100 Minuten (zum Abschluss)

Kursinhalte:

Zum Auftakt:

- Abstimmung Ihrer individuellen Ziele mit dem Golfprofessional
- Analyse Ihres Spiels mit Unterstützung von Videoaufnahmen und Launch Monitor (Trackman 4 oder GC Quad)

Im Training:

- Schwungkorekturen durch den Golfprofessional einschl. Video
- Zusammenstellung von Übungen für Ihr eigenes Training (außerhalb des Kurses „Gemeinsam durch den Winter“)

Zum Abschluss:

- Evaluation der Schwungveränderungen mit Unterstützung von Videoaufnahmen und Launch Monitor (Trackman 4 oder GC Quad)

Kurszeiten:

- Bei Adrian Winter: sonntags, 10.00 – 10.50 Uhr, an folgenden Terminen:
11.12.22 (3UE) / 15.01.23 / 29.01.23 / 12.02.23 / 12.03.23 / 26.03.23 /
09.04.23 (2UE)
- Bei Michel Bauer: samstags, 10.00 – 10.50 Uhr, an folgenden Terminen:
10.12.22 (3UE) / 14.01.23 / 28.01.23 / 11.02.23 / 11.03.23 / 25.03.23 /
08.04.23 (2UE)

Personenzahl pro Kurs:

Mindestens 2, maximal 4

Preis pro Person:

299,00 €

Fully Qualified PGA Golfprofessionals:

Adrian Winter - 0171 / 81 37 991 - winter@golf-klub-braunschweig.de

Michel Bauer - 0171 / 91 39 529 - bauer@golf-klub-braunschweig.de



Effektiver Trainieren mit dem Trackman – Basic

Schon wieder liegt eine Golfsaison hinter uns. Nun müssen sich alle Golferinnen und Golfer wieder an das kalte, nasse und windige Wetter gewöhnen. Wer dennoch unter sommerlichen Bedingungen trainieren möchte, weicht in dieser Zeit gerne auf die Indoor Golfanlage aus. Mit dem „Trackman 4“ gibt es zahlreiche Möglichkeiten die Herbst- und Winterzeit optimal zu überbrücken. Unsere Golfprofessionals geben Ihnen einen Überblick über die verschiedenen Trainings- und Spielmodi und führen Sie in die wichtigsten Daten des Trackman ein. So werden Sie künftig noch effektiver trainieren!

Kursumfang:

2 Übungseinheiten (UE) á 50 Minuten

Kursinhalte:

- Einführung in das Training in der Indoor Golfanlage des Klubs
- Erklärung der verschiedenen Trainings- und Spielmodi des Launch Monitor „Trackman 4“
- Erläuterung grundlegender Trackman-Daten (z.B. Clubspeed, Ballspeed, Angle of Attack usw.)

Kurszeiten:

- Bei Adrian Winter: donnerstags, 17.00 – 17.50 Uhr
 - o Kurs 1: 08.12.22 & 15.12.22
- Bei Michel Bauer: dienstags, 17.00 – 17.50 Uhr
 - o Kurs 1: 13.12.22 & 20.12.22

Personenzahl pro Kurs:

Mindestens 2, maximal 3

Preis pro Person:

68,00 €

Fully Qualified PGA Golfprofessionals:

Adrian Winter - 0171 / 81 37 991 - winter@golf-klub-braunschweig.de

Michel Bauer - 0171 / 91 39 529 - bauer@golf-klub-braunschweig.de



Effektiver Trainieren mit dem Trackman – Advanced

Immer mehr Golferinnen und Golfer haben in den vergangenen Jahren das Training in der Indoor Golfanlage für sich entdeckt, um auch über den Winter in Schwung zu bleiben. Dennoch ist das Angebot des „Trackman 4“ so umfangreich, dass immer wieder neue Möglichkeiten geschaffen werden, sein Training noch effektiver zu gestalten. Im Advanced-Kurs geben Ihnen unsere Golfprofessionals einen tieferen Einblick in die Datenwelt des Trackman.

Diesen Kurs empfehlen wir GolferInnen ab einem HCPI von 15,0 und besser.

Kursumfang:

2 Übungseinheiten (UE) á 50 Minuten

Kursinhalte:

- Vertiefung des Trainings mit dem Launch Monitor „Trackman 4“ in der Indoor Golfanlage des Klubs
- Lernen Sie, Ihre Trackman-Daten richtig zu werten und einzuordnen, um effektiver zu trainieren
- Einblick in das Trackman Performance Center (Combine, Test-Center)

Kurszeiten:

- Bei Adrian Winter: freitags, 17.00 – 17.50 Uhr
 - o 09.12.22 & 16.12.22
- Bei Michel Bauer: freitags, 17.00 – 17.50 Uhr
 - o 06.01.23 & 13.01.23

Personenzahl pro Kurs:

Mindestens 2, maximal 3

Preis pro Person:

68,00 €

Fully Qualified PGA Golfprofessionals:

Adrian Winter - 0171 / 81 37 991 - winter@golf-klub-braunschweig.de

Michel Bauer - 0171 / 91 39 529 - bauer@golf-klub-braunschweig.de



Trackman Combine Test

„Der TrackMan Combine identifiziert klar die Stärken und Schwächen eines Spielers. Es ist toll für einen Spieler, seine erfolgreichste Distanz zum Ziel herauszufinden oder zu sehen, ob irgendwelche unpassenden Unterschiede zwischen den Schlagweiten der einzelnen Schläger bestehen. Gleichzeitig ist der Test herausfordernd, macht Spaß und schafft eine einzigartige Trainingserfahrung.“

Zitat: Nick Faldo, 6-facher Major-Sieger, Hall of Fame-Golfer

Kursumfang:

1 Übungseinheit (UE) á 100 Minuten

Kursinhalte:

- Training und Überprüfung Ihrer Leistungen unter Wettkampfbedingungen
- 60 Schläge von 55m bis zum Drive
- Bewertung von Fluglänge und Richtungsgenauigkeit
- Gemeinsame Analyse Ihrer Testergebnisse und Ihrer Spielanlage
- Zusendung Ihrer Testergebnisse per E-Mail
- Vergleichsmöglichkeit mit anderen SpielerInnen über die Combine-Rangliste

Kurszeiten:

- Bei Adrian Winter: freitags, 16.00 – 17.40 Uhr
 - o Kurs 1: 20.01.23
 - o Kurs 2: 03.02.23

- Bei Michel Bauer: freitags, 16.00 – 17.40 Uhr
 - o Kurs 1: 27.01.23
 - o Kurs 2: 10.02.23

Personenzahl pro Kurs:

1 Person

Preis pro Person:

128,00 €

Fully Qualified PGA Golfprofessionals:

Adrian Winter - 0171 / 81 37 991 - winter@golf-klub-braunschweig.de

Michel Bauer - 0171 / 91 39 529 - bauer@golf-klub-braunschweig.de



Taktisch den Platz meistern

Erfahrungsgemäß gewinnt beim Golfen nicht immer zwangsläufig die Golferin oder der Golfer, welcher die schönsten oder längsten Schläge macht. Oftmals entscheidet vor allem die Taktik, mit der man sich über den Platz bewegt über eine gute oder schlechte Runde. Unsere Golfprofessionals helfen Ihnen die für Sie optimale Taktik zu entwickeln und auf unserem Platz umzusetzen.

Kursumfang:

8 Übungseinheiten (UE) á 50 Minuten, aufgeteilt in 3 Termine

Kursinhalte:

- Erstanalyse des Schwungs sowie der Stärken und Schwächen Ihres Spiels auf der Driving Range (Termin 1 mit 2 UE)
- Begleitung des Spiels auf Bahn 1 bis 9 und Bahn 10 bis 18 (Termin 2 & 3: 9 Loch pro Termin mit 3 UE) durch den Golfprofessional
- Gemeinsame Entwicklung einer Spielstrategie für jede Bahn

Kurszeiten:

- Bei Adrian Winter: sonntags, jeweils ab 12.00 Uhr
 - Termin 1: 12.03.23, 12.00 – 13.40 Uhr
 - Termin 2: 19.03.23, 12.00 – 14.30 Uhr
 - Termin 3: 26.03.23, 12.00 – 14.30 Uhr

- Bei Michel Bauer: samstags, jeweils ab 12.00 Uhr
 - Termin 1: 11.03.23, 12.00 – 13.40 Uhr
 - Termin 2: 18.03.23, 12.00 – 14.30 Uhr
 - Termin 3: 25.03.23, 12.00 – 14.30 Uhr

Personenzahl pro Kurs:

Mindestens 2, maximal 3

Preis pro Person:

249,00 €

Fully Qualified PGA Golfprofessionals:

Adrian Winter - 0171 / 81 37 991 - winter@golf-klub-braunschweig.de

Michel Bauer - 0171 / 91 39 529 - bauer@golf-klub-braunschweig.de