



Escuela semilleros de *GOLF*



Objetivos

Desarrollar en nuestros alumnos infantiles y juveniles las habilidades técnicas, físicas, psicológicas y estratégicas del golf en un ambiente de diversión y esparcimiento.

Fomentar los valores deportivos y las normas de etiqueta del golf, con el propósito de formar deportistas que se destaquen por sus valores, su comportamiento, sus habilidades personales y sociales, que nos representen y hagan progresar el golf en nuestro club.





Programa de trabajo

La Escuela generará un programa mensual de trabajo en el que se le indique a cada alumno el lugar, la estación y los ejercicios que deberá realizar.

En cada estación de juego, el profesor empieza presentando el grupo y explicando la actividad a realizar junto con el juego; se formaran grupos máximo de 5 jugadores con el profesor, las clases siempre terminan con un juego de retos físicos.



Metodología

Todos los lineamientos de la Escuela los diseñara la Directora principal la profesional Carolyn Frech Boorman, certificada en:

TPI (Titleist Performance Institute)

Vision 54

USKids Golf

Positive Coaching

Alianza y otros métodos reconocidos de enseñanza y coaching de golf, LEARN2PLAY.



Etapas de aprendizaje

Kinder Golf (2 a 4 años)

Ejercicios para aprender los movimientos básicos del golf en un ambiente de juegos: alineación, posición de la bola, equilibrio, transferencia del peso, agilidad, rotación, lanzamiento y saltos utilizando únicamente su peso corporal en ambiente de juegos.

Empezar con las reglas básicas de la competencia:

Proporción de juegos: 100%

Se les aconseja que practiquen también otros deportes.

Profesor: José Cárdenas

Horario: Sábado de 2:00 a 2:45 pm



4 a 6 años

Ejercicios para aprender los movimientos básicos del golf en un ambiente de juegos: alineación, posición de la bola, equilibrio, transferencia del peso, agilidad, rotación, lanzamiento y saltos utilizando únicamente su peso corporal en ambiente de juegos.

Aprender y practicar hasta que los dominen los tres principios básicos del golf: grip, postura y stance.

Continuar reforzando los principios de etiqueta y seguridad en la cancha.

Empezar con las reglas básicas de la competencia:
Proporción de teorías a juegos: 10% a 90%.

Se les aconseja que practiquen también otros deportes.

Profesor: José Cárdenas / Carolyn Frech

Horario: Domingo de 12:30 a 1:15

7 a 9 años

Ejercicios para aprender los movimientos básicos del golf en un ambiente de juegos: backswing, control del juego corto, manejo de putts y bunker.

Aprender y practicar hasta que los dominen los tres principios básicos del golf: grip, postura y stance. Continuar reforzando los principios de etiqueta y seguridad en la cancha.

Empezar con las reglas básicas de la competencia:

Proporción de teorías a juegos: 10% a 90%.

Se les aconseja que practiquen también otros deportes.

Profesor: José Cárdenas / Carolyn Frech
Horario: Domingo 1:15 a 2:00pm



10 a 11 años

Ejercicios para aprender los movimientos básicos del golf en un ambiente de juegos: backswing, control del juego corto, manejo de putts y bunker.

Aprender y practicar hasta que los dominen los tres principios básicos del golf: grip, postura y stance.

Continuar reforzando los principios de etiqueta y seguridad en la cancha.

Empezar con las reglas básicas de la competencia:
Proporción de teorías a juegos: 10% a 90%.

Se les aconseja que practiquen también otros deportes.

Horario Domingo 2:10 a 2:55pm