



# PROGRAMME STAGE DEBUTANTS



Une méthodologie mise en place pour débiter simplement, nous partons près du trou, puis nous nous éloignons petit à petit pour envoyer la balle plus haut et plus loin en utilisant des clubs différents.

## LUNDI

- Découverte du jeu de golf par le putting. (**Swing petit, putter**)
- Comment faire partir la balle à des distances et directions différentes.
- Apprendre à faire monter la balle à travers le petit jeu (**Swing petit, SW|PW|F9**).
- Mise en situation putting et petit jeu.

## MARDI

- Faire monter la balle d'avantage et la faire voler plus loin (**Swing intermédiaire, SW|PW|F9**)
- Full swing (**F7|HYBRID|BOIS**)

## MERCREDI

- Faire partir la balle dans différentes directions (**Swing intermédiaire et Full Swing**)
- Mise en situation sur le parcours avec le pro, apprentissage de l'étiquette et des règles

## JEUDI

- Comment sortir du bunker (**Obstacle de sable**)
- **CHALLENGE PETIT JEU + CHALLENGE TRACKMAN**
- Full swing vidéo Trackman

## VENDREDI

- Parcours 9 trous mise en situation pour valider la **CARTE VERTE**
- Remerciements et Débriefing de la semaine