



Golfskóli GKG

Fjögurra skipta námskeið (kvöldnámskeið, kvennanámskeið)

Tími 1: Pútt- og vippsvæði: Fara yfir púttgrip, líkamsstöðu /uppstillingu og mið. Áhersla á pútt og púttvipp (lág vipp).

Tími 2: Vippsvæði og glompa: Vipp í kringum flatir. Skoða og leggja áherslu á flug og rúll og kylfuval. Kenna hlutlausa uppstillingu og skoða fleiri möguleika án þess að gera þetta of flókið. Fara yfir grunnatriði i glompuhöggum, kenna grip, uppstillingu og opnun kylfu og kylfuférl.

Tími 3: Æfingarsvæði mottur: Lengri járnhögg og högg með hybrid/brautartré. Farið yfir rúttinu. Grip mið og uppstilling.

Tími 4: Æfingarsvæði mottur: Áhersla á teighögg, uppstillingu , boltastöðu , höggvinkill , staða axla, kylfuhraði og sweet spot og stöðuleiki í höggum. Áhersla á að hafa gott mið og nota ímyndaða braut til að hitta inná við æfingar.