

## Integrationstag

# Integrationstag Balance

## Golf Ybrig

13. Juni 2018

10:00 – 16:30 Uhr

mit

**Walter Pitchford**  
Dynamic Movement Coach



### Ziele

Nicht alle technischen Fehler stammen aus der Technik. Haben Sie oft schlechten Ballkontakt? Spielen Sie immer wieder sehr unpräzise d.h. mit einer grossen Streuung? Treffen Sie den Ball manchmal fett oder dünn? Kann es bei Ihnen auch mal ein Socket (Shank) geben? Solche Themen werden garantiert durch eine verfeinerte Balance (Gleichgewicht) teilweise oder ganz verschwinden. Nach diesem Tag werden Sie mit Leichtigkeit schwingen und trotzdem einen sehr kraftvollen und rhythmischen Schwung haben. Mit weniger Effort werden Sie den Ball präziser und weiter schlagen. Das bringt ganz viel Ruhe in Ihr Spiel.

### Inhalt

- ✓ Das grosse Geheimnis der Profis, welche Ihren Ballkontakt massiv verbessern wird.
- ✓ Den riesigen Vorteil optimaler Balance und warum das Ihnen einige Schläge pro Runde einsparen wird.
- ✓ 3 Übungen, welche Ihnen einen runden, rhythmischen Schwung mit viel Kraft versprechen.
- ✓ Wie Sie in jeder Drucksituation mit Leichtigkeit schwingen und völlig frei von Angst und Unsicherheiten spielen. (Das Golfen hat Ihnen sehr wahrscheinlich noch nie so viel Freude bereitet!)

Auf der Driving Range werden die wichtigsten Strategien gelernt, erforscht und trainiert. Nach dem Mittagessen spielen wir 9 Löcher zusammen. Dank spezifischen Übungen auf dem Platz werden Sie die wichtigsten Strategien direkt in Ihren Schwung und Ihr Spiel integrieren.

### Investition

Fr. 597.-- pro Person

Frühbucher: Fr. 100.— Ermässigung bei Anmeldung bis 4 Wochen vor dem Workshop.

In Seminarpauschale inbegriffen: Begrüssungskaffee, Unterricht, und Range-Bälle.

Die Integrationstage sind auf maximal 9 Personen beschränkt.

### Auskunft und Anmeldung

Sekretariat Golf Club Ybrig: +41 55 414 6050

BodyMind.Golf: +41 44 433 2888 / +41 78 605 7585 / info@bodymind.golf

Ausschreibung und Anmeldeformular: <http://www.bodymind.golf/site/kurse/mm/itb.php>