

BEGINNEN MET GOLF - KENNIS EN VAARDIGHEDEN

In golf maak je gebruik van veel verschillende technieken. Het is niet mogelijk om alle kennis en vaardigheden aan het begin in één keer aan te leren. Binnen het 9-stappenplan worden technieken behandeld, passend bij het niveau dat je op dat moment hebt. Vanzelfsprekend kan dat per speler verschillen. Daarom biedt het 9-stappenplan veel mogelijkheden voor maatwerk.

TECHNISCHE VAARDIGHEDEN

 Grip, oplijnen, houding (GOH)	Stap 1
 Putten	Stap 1, 2, 3
 Chippen	Stap 1, 2, 3
 Pitchen	Stap 1, 2, 3
 Bunker (green en fairway)	Stap 1, 2, 3
 Swing	Stap 1, 2, 3

SPEELVAARDIGHEDEN

 Spelen met golfprofessional/buddy	Stap 1, 2, 3
--	--------------

TESTEN, STATISTIEKEN EN EVALUEREN

 De Golf Academie	Stap 1, 2
 Par-4 test	Stap 1, 2
 Par-3 test	Stap 3
 Afstandstabel	Stap 1

KENNIS

 Begrippenlijst	Stap 1, 2
 Regelkennis	Stap 1, 2
 Materiaalkennis	Stap 1, 2



GOLF STARTPAKKET Speciaal voor de beginnende golfer is er een pakket samengesteld dat alles bevat voor een goede start in de golfsport. Dit bevat de eerste 3 boekjes van het 9-stappenplan, de benodigde golfregelboeken voor Clubhandicap 54, een tegoedbon voor het trainingshulpmiddel Gript Rite en een inlogcode voor De Golf Academie, de online ondersteuning voor je golflessen.

Leren golfen kun je bij:



Het 9-stappenplan wordt ondersteund door:



www.degolfacademie.nl

De boekjes en het Golf Startpakket zijn verkrijgbaar via je golfprofessional, de golfbaan en golfboeken.nl

GOLFEN (LEREN) DOE JE SAMEN!



**BEGINNEN MET GOLF
MET HET 9-STAPPENPLAN**

LEER GOLFEN MET HET 9-STAPPENPLAN

BEGINNEN MET GOLF

VERDER MET GOLF

NAAR TOPGOLF

KENNISMAKEN
MET GOLF

STAP 1
NAAR GOLFBAAANPERMISSIE

STAP 2
NAAR CLUBHANDICAP 54

STAP 3
NAAR HANDICAP 36

STAP 4
NAAR HANDICAP 28

STAP 5
NAAR HANDICAP 20

STAP 6
NAAR HANDICAP 15

STAP 7
NAAR HANDICAP 9.9

STAP 8
NAAR HANDICAP 5

STAP 9
NAAR HANDICAP 0

HANDICAP

54

36

28

20

15

9.9

5

0

BEGINNEN MET GOLF

Je hebt besloten dat je wilt leren golfen, maar er komt een grote hoeveelheid informatie op je af. Hoe raak je thuis op de golfbaan, wat zijn de regels van het spel en vooral: hoe leer je al die ingewikkelde slagen? Het 9-stappenplan is zo opgezet dat je die informatie van de golfprofessional krijgt op het moment dat je daaraan toe bent.

In de eerste stappen ligt de nadruk op het aanleren van de basistechnieken, de gedragsregels, de spelregels en natuurlijk het spelen op de golfbaan.

Want daar gaat het om: je wilt tenslotte leren golfen om op de baan te kunnen spelen. Dan ontdek je waarom iedereen zoveel plezier in het spel heeft en kun je regelmatig gaan spelen met familie en vrienden.



DE GOLF ACADEMIE

De Golf Academie is het online verlengstuk van je lessen volgens het 9-stappenplan. Net als in de boekjes worden hier oefeningen en informatie aangeboden die helpen je golfvaardigheid verder te ontwikkelen. In De Golf Academie kun je ook je vorderingen bijhouden en kan de golfprofessional aantekeningen maken en specifieke oefeningen aangeven. Hiermee krijg je oefeningen te zien die aansluiten op het niveau dat je op dat moment hebt.

De website past zich automatisch aan je schermgrootte aan. Ook als je tijdens het oefenen op de driving range op je tablet of smartphone kijkt, is de site zeer overzichtelijk en gebruiksvriendelijk.

> Kijk op www.degolfacademie.nl



STAP 1
BEGINNEN MET GOLF
MIJN GOLFPASPOORT
NAAR GOLFBAAANPERMISSIE

STAP 1 - MIJN GOLFPASPOORT NAAR GOLFBAAANPERMISSIE

Je maakt kennis met de opzet van de golfbaan en je leert de basistechnieken van golf: lange slagen, korte slagen bij de green en putten. Je leert ook hoe je zelf kunt oefenen en je fysieke voorbereiding kunt doen. Verder ligt er in deze stap veel nadruk op de etiquette. In deze stap ga je ook regelmatig spelen met je golfprofessional of een buddy. Aan het eind krijg je een pasje met Golfbaanpermissie, waarmee je met familie of vrienden mag spelen op de baan.



STAP 2
BEGINNEN MET GOLF
MIJN GOLFPASPOORT
NAAR CLUBHANDICAP 54

STAP 2 - MIJN GOLFPASPOORT NAAR CLUBHANDICAP 54

In deze stap wordt er verder gegaan met de technieken die je in Stap 1 geleerd hebt. Door regelmatig oefenen, merk je dat het slaan steeds beter gaat. Er wordt veel aandacht besteed aan de etiquette en golfregels en er is dan ook tijdens deze stap een Golfregelexamen. Ook nu ligt er veel nadruk op het spelen, en aan het eind speel je een ronde voor een officiële score. Hierna krijg je Clubhandicap 54, waarmee je op de meeste banen in Nederland kunt spelen.



STAP 3
BEGINNEN MET GOLF
NAAR EGA HANDICAP 36

STAP 3 - NAAR HANDICAP 36

Tijdens deze stap ga je steeds meer verschillende golfclubs gebruiken en steeds verder slaan. Door actief te spelen, word je waarschijnlijk steeds ambitieuzer. Er ontstaat een duidelijker beeld van je mogelijkheden, waardoor je de holes slimmer speelt. Als je regelmatig officiële scorekaarten inlevert, wordt je handicap steeds lager. Samen met je golfprofessional werk je toe naar EGA Handicap 36. Dat smaakt naar meer en je kunt naar de volgende fase: 'Verder met golf'.

