



Golf-Fitness für Jedermann

Diesen Winter möchte ich nutzen, um Euch stark für die kommende Golfsaison zu machen. Kommt stärker und beweglicher aus dem Winter als jemals zuvor und beobachtet wie sich Eure Leistung nicht nur auf dem Golfplatz verbessert. Mit Spaß und Action zu besseren Grundlagen und zum besseren Spiel im neuen Jahr.

Trainingstermine:

Im Bad Vilbeler Golfclub (großer Saal) um 19:00-20:00 Uhr:

02.12.19, 09.12.19, 17.12.19, 23.12.19, 27.01.20, 03.02.20, 10.02.20, 17.02.20, 24.02.20, 02.03.20

In der Europäischen Schule (Turnhalle) um 17:30-18:30 Uhr:

06.12.19, 13.12.19, 20.12.19, 31.01.20, 07.02.20, 14.02.20, 21.02.20, 28.02.20

Und so funktioniert's:

Ihr kauft eine *10er oder 5er Karte* und könnt flexibel zu den einzelnen Trainingsterminen erscheinen. An den Terminen trainieren wir die Basics für eine funktionelle Bewegung und den effizienten Einsatz im Golfschwung. Außerdem thematisieren wir typische Beschwerden wie Rückenschmerzen und Golf-/Tennisellbogen.

Wo findet das Training statt:

Das Training findet im Wechsel Montags und Freitags im Bad Vilbeler GC und der Europäischen Schule statt (siehe Termine).

Was kostet das Training:

120€ 10er Karte

80€ 5er Karte pro Person für die Saison 2019/2020. Die Karten sind nicht auf andere Personen übertragbar.

Die Plätze sind limitiert, also wenn Ihr mitmachen möchtet schickt Eure Anmeldung möglichst bald an: info@bvvgc.de

