

THE BEST GOLF PLAYERS

PROGRAMMA - Golf Club Margara - Fubine (AL)

HARIBO

Kappa



26 giugno

- Ore 08.00** Ritrovo in foresteria e deposito bagagli
Ore 08.30 Riscaldamento (scarpe jogging) - I ragazzi divisi in due gruppi A e B
Ore 09.00 Inizio attività tecnica Gruppo A
➤ Marco Soffietti esamina lo swing di ogni ragazzo/a con l'utilizzo del Tracman.
Ore 09.00 Inizio preparazione fisica Gruppo B
➤ Roberta Bartolomei esamina la preparazione atletica di ogni ragazzo/a.
Ore 12.30 Pranzo
Ore 13.30 Si prosegue il percorso iniziato al mattino e nel corso della giornata tutti i ragazzi vengono osservati dai due professionisti.
Ore 17.30 - 19 Piscina
Ore 20.00 Cena
Ore 22.30 Rientro in camera

27 giugno

- Ore 07.30** Ritrovo in Club house
30 minuti di corsa + 30 minuti allenamento (scarpe jogging)
Ore 8.30 Doccia e Colazione
Ore 9.15 Inizio attività tecnica/atletica
I ragazzi divisi in due gruppi A e B
I due gruppi affronteranno un percorso tecnico con il coach regionale e un percorso di test fisico attitudinale con il preparatore atletico.
Marco Soffietti insegna ai ragazzi:
➤ Mappa del percorso - compilazione e lettura.
➤ Prova del percorso di gioco - come affrontare il percorso dando precise indicazioni buca dopo buca, ostacolo dopo ostacolo.
Ore 20.00 Cena
Ore 22.30 Rientro in camera

28 giugno

- Ore 07.30** Ritrovo in Club house
30 minuti di corsa + 30 minuti allenamento (scarpe jogging)
Ore 8.30 Doccia e Colazione
Ore 9.15 Inizio attività tecnica Putting Green
➤ Marco Soffietti illustra la tecnica di lettura delle pendenze con il metodo Aming point.
Ore 12.30 Pranzo
Ore 13.30 Gara 18 buche
Ore 18.30 Fine corso



Programma a cura dell'attività giovanile della FederGolf Piemonte - Responsabile Corso : Marco Rosso

Coach regionale : Marco Soffietti - Maestro : Giulio Torchio - Preparatore atletico : Roberta Bartolomei - Collaboratore : Massimo Fenoglio