

## INGOLF GOLF LEARNING CENTER

### Seznam produktů

#### Individuální lekce

#### Skupinové lekce:

- Kurz pro získání Certifikátu způsobilosti (Kurz pro začátečníky)
- 54 Handicap – Jak pokořit 100!
- Středně pokročilí
- Pokročilí

### Individuální lekce

Individuální lekce jsou vhodné pro všechny výkonnostní úrovně a jsou nastaveny tak, aby vyhovovaly osobním potřebám klienta.

Každý nový klient dostane „uvítací balíček“, který obsahuje členskou kartu INGOLF, která Vás opravňuje k čerpání 10% slevy při nákupu v golfovém obchodě Intermedia Grexim a Osobní kartu, kam bude zapisován průběh jednotlivých lekcí, abyste si mohli při Vašem soukromém tréninku připomenout chyby a naše rady směřující k Vašemu zlepšení ve hře.

**INGOLF DOPORUČUJE ABSOLVOVAT LEKCE V PRAVIDELNÝCH  
INTERVALECH A DO MEZIDOBÍ VČLENIT SAMOSTATNÝ TRÉNINK.**

Všichni trenéři společnosti INGOLF pracují podle promyšleného systému výuky, nazvaného INGOLF Learning System, který zahrnuje komplexní poznatky a přípravu všech aspektů kvalitního herního výkonu.

## Skupinové lekce

### 1. Kurz pro získání Certifikátu způsobilosti (Kurz pro začátečníky)

Délka kurzu: 8 týdnů

Cíl: Získat dovednosti a znalosti nezbytné pro úspěšné složení zkoušky vedoucí k získání Certifikátu způsobilosti (HCP 54).

Náplň kurzu:

- Historie golfu
- Etika golfu
- Základní pravidla hry
- Základní návody, jak efektivně využívat golfové vybavení
- Vysvětlení jednotlivých fází golfového švihů a adaptace techniky do proměnlivých podmínek na hřišti
- Technika používanou při patování, při hře z bunkeru, při krátké hře
- Základy golfové strategie a self managementu

Náš systém výuky se orientuje na kvalitní zasažení míče a práci těla v impaktové zóně. Tento přístup umožňuje klientovi snadno analyzovat chyby již v zárodku a napravit chyby během pozdější samostatné hry na hřišti.

Golf je charakteristický dlouhou tradicí, která určuje přístup ke hře, chování na hřišti a fair play za každých okolností. Aby student dosáhl Certifikátu způsobilosti, bude po něm vyžadována dobrá znalost etiky a výše zmíněných aspektů hry a pravidel.

## 2. 54 Handicap – Jak pokořit 100!

**Předpoklady:** Celkové znalosti potřebné pro začátečníka, schopnost jejich aplikace na hřiště a uhájení svého HCP.

**Náplň kurzu:**

- Strategická schopnost obejít hřiště na méně než 100 ran
- Zdokonalení techniky hráče ve všech částech hry
- Seznámení hráče se základními „záchranými ranami“ díky výběru vhodnějších holí
- Základy Aplikovaného Course Managementu pro danou výkonnostní úroveň

Kurz je soustavný a individuální, každý student se bude zlepšovat v závislosti na jeho schopnosti přenést danou teorii do praxe.

## 3. Středně pokročilí

**Předpoklady:** Relativně dobrá znalost golfu, schopnost rozumět golfové terminologii.

**Náplň kurzu:**

- Největší důraz kladen na Course Management a na výběr holí v jednotlivých herních situacích a pozicích.
- Orientace na rozvoj silných stránek hráče, na kterých se bude v budoucnu pracovat.
- Napravování slabín a chyb
- Zdokonalování všech částí hry
- Upravování švihů v závislosti na chybách

Kurz je soustavný a individuální.

## 4. Pokročilí

**Předpoklady:** Téměř výborná znalost golfu, samostatnost hráče.

**Náplň kurzu:**

- Zdokonalení technického a mentálního přístupu hráče ke hře.
- Opravení lehkých nedostatků, posléze zaměření na technické chyby, jejichž odstranění je nutné, aby se hráč zlepšil minimálně o 1-2 rány ve svém HCP.

Kurzy jsou soustavné a komplexní.

Dále INGOLF nabízí lekce zaměřující se na specifické chyby, ať už je Vaším problémem slice nebo hook, patování nebo třeba hra z bunkeru. Náš tým je připraven zlepšit Vaší hru a přinést do hry více zábavy a radosti z dobrého a racionálně dosaženého skóre.