

Fysträning för Golf

I samarbete
med Värnamo
Golfklub

Få bättre
rörlighet
för din
sving

Öka din
rotation
och
kontroll

Träna
explosivitet
för längre
slag

Antal platser: 12
Antal gånger: 8
Plats: Tinas Ö

Pris: 1295:-
Börjar 19 april fram till den 7 juni
Tid: 17:30

Fysträning för Golfspelare

Vi träffas 8 gånger nu under våren/försommaren för att stabilisera och maximera din sving. Vi kommer att träffas utomhus och jobba med olika övningar som ni kan jobba med hemma.

Övningarna kommer vi gå igenom i detalj, så att när ni går ifrån varje träff ska känna er säkra på hur övningen ska utföras.

Ni kommer även få tillgång till en facebook-grupp, där alla övningar kommer finnas på video så att ni alltid kan repetera det vi gått igenom.

Behöver vara minst 8 anmälda

Anmäl er senast 1 April