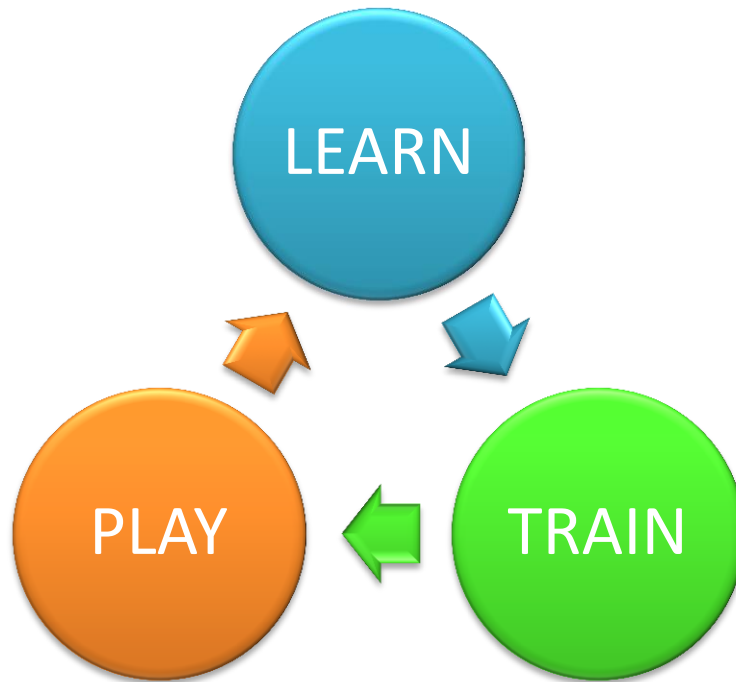


# GEBRUIK NIEUWE DRIVING-RANGE GOLFCLUB LIEMEER.



## **LEARN**

Voor iedere golf(st)er van elk niveau valt er nog iets te leren/verbeteren aan het golfspel. Het leren kan op verschillende gebieden van het golfspel. Zo zijn er de 5 prestatiebepalende factoren voor golf, techniek, tactiek, mentaal, fysiek en spelplezier. Tijdens individuele/groepslessen/masterclasses leert u nieuwe vaardigheden. Kijk voor het aanbod van wat u nog kunt leren op [www.golfschoolliemeer.nl](http://www.golfschoolliemeer.nl)

## **TRAIN**

De nieuwe skills uit de lessen moet u natuurlijk wel gaan oefenen. Oefenen kan op twee manieren. Blockpractice = veel herhalingen met 1 club/slag/doel waarbij de nieuwe beweging/vaardigheid wordt ingeslepen in het systeem. Daarnaast hebben we randompractice = 1 bal 1 kans, club/slagkeuze, verschillende omstandigheden (ligging, wind, weer, enz.), druksituaties en afleidingen. In randompractice traint u vooral zoals u speelt. Beide fases heeft u nodig wil u de nieuwe vaardigheid mee de baan op nemen.

## **PLAY**

Tijdens uw oefen/qualifiing/wedstrijdronde gaat u het geleerde en geoefende in de praktijk brengen. Hierbij komt vooral naar voren of u in de block/randompractice goed heeft geoefend. Dan kunt u de geleerde en geoefende skills toepassen onder de wedstrijd druk. Vanuit uw golfspel kunt u a.d.h.v. een ronde analysekaart kijken wat er goed gaat en wat nog beter kan. Ziet u structureel dat een skill beter kan neem dan contact op met een golfprofessional van Golfschool Liemeer en samen maken we een plan voor de verbetering van uw golfspel.

De driving-range en oefenfaciliteiten van Golf- & Countryclub Liemeer zijn zo ingericht dat u zo veel mogelijk skills kunt leren-trainen-spelen. Op de driving-range staan 3 targets met een breedte van 10% van de afstand. Tourprofessionals hebben een afwijking van 5% dus voor u is dit een prima oefening om veel herhaalslagen te maken naar achtereenvolgens target 1, target 2 en target 3. In de randompractice gaat het dan om het spelen naar elk target met een volledige routine en 1 bal 1 kans. Dit vergt weer andere skills. Achter op de driving-range staan 2 palen op 150 meter en 15 meter uit elkaar, de 3 palen staan op 175 meter en 17,5 meter uit elkaar en de 4 palen staan op 200 meter en 20 meter uit elkaar. U kunt hier met uw langere ijzers, hybride, fairwaywoods en driver naar toe spelen. Een leuke manier om te oefenen met uw driver is het spelen van 14 drives tussen de palen door. Kijk hoeveel fairways uw raakt. Voor de random practice kunt u ook gebruik maken van 3 fairways (fairway 1 tussen het net links en de linker 200 meter paal, fairway 2 tussen de 200 meter palen, fairway 3 tussen de rechter 200 meter paal en het rechter net).

Voor meer tips over efficiënt gebruik van de geüpgrade oefenfaciliteiten kunt u altijd terecht bij onze golfprofessionals van Golfschool Liemeer.

Wij wensen uw veel leer-, oefen- en spelplezier op Golf- & Countryclub Liemeer.

Rob Schroen  
Manager  
Golf- & Countryclub Liemeer

Tom van Haaren  
Headprofessional  
Golfschool Liemeer

Arjan van Houten  
Golfprofessional  
Golfschool Liemeer