



CURSOS DE GOLF

CURSO 2010/11

FECHAS: Primer Curso: del 20 de Septiembre al 22 de Diciembre de 2010

Segundo Curso: del 10 de Enero al 13 Abril de 2011

Tercer Curso: del 25 de Abril al 12 de Junio de 2011

INSTALACIÓN: Campo Municipal de Golf "ISLA DOS AGUAS"

JOVENES y ADULTOS: desde 13 años.

HORARIOS:

JÓVENES y ADULTOS

- **INICIACIÓN:**

- **LUNES y MIÉRCOLES:** 16.00 h. - **MARTES y JUEVES:** 10.30 / 12.00 / 16.00 y 19.00h.

- **VIERNES:** 18.30h. **SABADO:** 12.15 / 13.00 / 17.30h. **DOMINGO:** 10.45 / 11.30 h.

- **PERFECCIONAMIENTO:**

- **LUNES:** 16.45 h. **MARTES:** 11.15 y 16.45 h. - **MIÉRCOLES:** 16.45 h. - **JUEVES:** 16.45 h.

- **VIERNES:** 17.00 h. - **SABADO:** 12.15 / 17.30/ 19.00 h.

- **CURSO NIVEL HANDICAP:**

- **MIÉRCOLES:** 16.00 h - **JUEVES:** 11.15h.

- **SABADO:** 10.00 h.

PRECIO:

ADULTOS: Grupos 2 sesiones semanales: 63,85 €curso

Grupos 1 sesión semanal: 49.90 €curso

El precio para los no empadronados en Palencia capital será de: 70,00 €(adultos 2 días) y 54.70 €(adultos 1 día). No se incluyen los gastos de emisión de tarjeta a abonar por el usuario que no disponga de ella, (2,60) euros.

INSCRIPCIONES:

ONLINE: www.pmdpalcencia.com

O bien en las instalaciones municipales: Santa Marina, Campos Góticos, Isla Dos Aguas y La Ensenada

○ **RENOVACION** (alumnos ABRIL-JUNIO Y VERANO 2010): Del 6 al 10 de SEPTIEMBRE

○ **ALTAS:** Desde el día 15 de SEPTIEMBRE, hasta completar plazas

HORARIOS DE INSCRIPCIONES: Lunes a Viernes desde las 9.00 horas.

Y ADEMÁS: CLASES INDIVIDUALES (CUALQUIER NIVEL Y/O EDAD)

Más Información en la taquilla del Complejo deportivo "ISLA DOS AGUAS"

CAMPO MUNICIPAL DE GOLF ISLA DOS AGUAS



PROGRAMA DE ENSEÑANZA DEL GOLF

NIVEL INICIACIÓN CONOCER EL JUEGO

Aprender a golpear y dirigir la bola en la dirección y a la distancia que se pretende.

Se estudia:

- Procedimiento de preparación, orden de colocación (stance) y balanceo (swing).
- Golpeo: impacto de la cara del palo contra la bola. Cara del palo, línea del swing, ángulo de ataque y velocidad de la cabeza del palo.
- Salida de la bola: dirección, trayectoria, línea y altura.
- Introducción a las técnicas de juego corto, medio y largo. Conocimiento de los palos.
- Estudio de las normas básicas del golf y vocabulario.

NIVEL PERFECCIONAMIENTO APLICAR LAS TÉCNICAS

Utilizar con destreza los distintos tipos de golpes en combinación con el uso adecuado del conjunto de palos.

- Juego corto, juego medio y juego largo. Desarrollo de los distintos tipos de golpes.
- Técnica de acierto, toma de referencias para orientar correctamente la bola, efectos provocados a la bola
- Técnica de superación de obstáculos.
- Profundización de la técnica del swing
- El juego en las distintas partes del campo, tee de salida, calle, green, bunker, rough.
- Normas de etiqueta. Seguridad en el juego.
- Atuendo y material deportivo para las salidas al campo.

NIVEL HANDICAP JUGAR AL GOLF

Poner en práctica los conocimientos técnicos, reglamentarios y de seguridad adquiridos, en situaciones prácticas.

- Resolución de situaciones habituales del juego en el campo.
- Ritmo y Estrategia de juego.
- Modalidades del juego
- Juego en el Tee de salida, juego hacia el hoyo y juego en el green.
- Conocimiento y prevención de los riesgos más frecuentes de la práctica deportiva del golf.
- Reglamento oficial de golf y sus aplicaciones en el campo.

Al finalizar este curso los alumnos-as obtendrán el HANDICAP, facilitándoles el trámite con la federación y así poder jugar en cualquier campo de golf y participar en las competiciones de aficionados.

CLASES INDIVIDUALES

Para personas interesadas en recibir clases individuales de golf.

- Para todas las edades y cualquier nivel (iniciación, perfeccionamiento, jugadores con handicap que quieran profundizar en algún aspecto del juego, etc.). Aportamos el material.
- Variedad de horarios.
- Sin plazo de inscripción y sin límite en el número de clases.