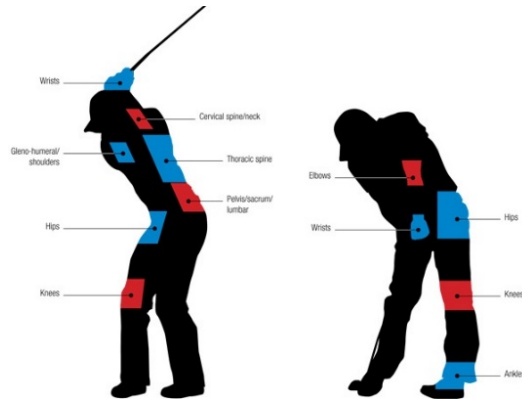


Wintertraining Beter en Gezond Golfen 2020-2021

Wij – de golfpro's Rob en Martijn, en de golffysiotherapeuten Arjen en Wim van het PMC Beusichem – zijn verheugd dat we ook het komend winterseizoen weer de trainingen voor Beter en Gezond Golfen mogen verzorgen. Na het succes van het vorige seizoen is in overleg met het bestuur van golfvereniging de Batouwe besloten een doorstart te maken met het trainingsprogramma. Met wederom financiële ondersteuning van de vereniging. Daarvoor dank aan het bestuur!



Iedereen kan meedoen

In juni van dit jaar zijn de laatste trainingen afgerond. Later dan verwacht, in verband met de coronaperikelen. Veel cursisten hebben enthousiast gereageerd op de trainingen en ook wij als uitvoerenden hebben er veel plezier aan beleefd. Gewoon lekker vrij op de baan, in de open lucht oefenen samen met een groep medespelers op techniek en lichaamscoördinatie/beheersing, met als doel beter en langer te golfen. Een half uur met de fysiotherapeuten trainen en aansluitend een uur met de golfpro de techniek verder ontwikkelen. Kortom, 90 minuten bezig zijn met je lichaam en je favoriete sport. Dat wil toch iedereen? En mocht u bedenkingen hebben omdat het te zwaar zou zijn: er is altijd aandacht voor het individu: door aanpassing van het programma kan iedereen goed meedoen.

Inschrijven via wedstrijdkalender

De planning voor het komende seizoen is als volgt. We starten midden oktober 2020 en de trainingen lopen door tot en met april 2021. Eerst zal er een nulmeting plaatsvinden, zowel door de golfpro's als de golffysiotherapeuten. Daarna zal ongeveer om de twee weken een training plaatsvinden. U traint gedurende de gehele periode met dezelfde groep. Bent u nieuwsgierig geworden en wilt u lekker op een andere manier met uw sport bezig zijn? Houd dan de komende tijd de wedstrijdkalender in de gaten, want daar is de mogelijkheid om in te schrijven. Heeft u nog vragen over de trainingen, dan staan wij u graag te woord.

Wij zijn er klaar voor en zullen u met plezier ontvangen en uitdagen tot betere prestaties.

Rob Siereveld

Martijn van Eijk

Wim van Kranenburg

Arjen van den Heuvel