

Spiller du golf? Så kig her!

Har du lyst til at forbedre din golfform og blive en bedre golfspiller? Så har vi det rette hold til dig.

Golffitness er fysisk holdtræning som er direkte målrettet golfspillere. Træningen gennemføres på mindre hold og består af 4 dele:

- Opvarmning
- Golfspecifik træning
- Konditionstræning
- Udstræk / Smidighed

Træningen varetages af Martin Bekker Pedersen som er certificeret golffysioterapeut hos Golfklinik Danmark

Hvad får du ud af golffitness?

Du vil opleve mere power i golfsvinget
Bedre stabilitet i golfsvinget
Øget mobilitet

Alle kan deltage uanset fysik, alder og handicap.

Start: Tirsdag d. 7. maj kl. 15-16 **Slut:** Tirsdag d. 11. juni.

Pris: Medlemmer 480 kr. Ikke medlem 690 kr.

