

PROGRAMME DE STAGE 3 JOURS TOUSSAINT

1^{ER} JOUR

- 10 H ARRIVEE
 - PRESENTATION DU THEME DU STAGE
 - DEMARCHE D'ENTRAINEMENT
 - EVALUATIONS
 - STATISTIQUES
- 11 H ENTRAINEMENT – ECHAUFFEMENT
 - PRACTICE
 - PUTTING
- 12 H30 DEJEUNER
- 13 H30 EVALUATION PUTTING
 - TEST DE DAVE PELTZ
- 15 H PITCH AND PUTT
 - JOUER LE PARCOURS ET MARQUER SON SCORE
 - REMPLIR UNE CARTE ANALYSE
 - GREEN EN REGUL
 - NOMBRE DE PUTTS
- 17 H PRACTICE
 - EVALUATION DRIVE LONGUEUR
- 18 H FOOTING DECRASSAGE
- 20 H DINER

2ND JOUR

- 7 H30 ECHAUFFEMENT MUSCULAIRE
- 8 H30 PETIT DEJEUNER
- 9 H ECHAUFFEMENT TECHNIQUE
- 9 H30 PUTTING
- 10 H 9 TROUS DU GRAND PARCOURS
 - CARTE BILAN
 - FAIRWAY TOUCHES
 - GREEN REGUL
 - NB DE PUTTS
- 12 H30 DEJEUNER
- 13 H30 BILAN INDIVIDUEL
 - MISE EN PLACE D'UN PLAN D'ENTRAINEMENT
- 14 H30 ATELIERS EVALUATIONS
 - WEDGING
 - 3 DISTANCES A MAITRISER
 - CHIPPING
 - BUNKER
 - ATTAQUES DE GREEN 90 M
 - PUTTING
 - DOSAGE
 - PRECISION
- 18 H FOOTING DE DECRASSAGE
 - ETIREMENTS

3EME JOUR

7 H30 ECHAUFFEMENT MUSCULAIRE

8 H PETIT DEJEUNER

8 H30 ECHAUFFEMENT TECHNIQUE
PUTTING

9 H30 9 OU 18 TROUS DU 10 AU 18
CARTE BILAN

BILAN GENERAL DU STAGE

IMPORTANCE DE LA DEMARCHE D'ENTRAINEMENT
(SAVOIR CE QUE JE VIENS FAIRE AU PRACTICE, COMMENT
JE LE FAIS ET EST-CE QUE JE L'AI BIEN FAIT...)

CONTINUER A S'EVALUER (CELA PERMET DE SAVOIR OU
J'EN SUIS DANS MA PROGRESSION, CELA ME PERMET DE ME
FIXER DES OBJECTIFS...)

GARDER L'HABITUDE DES CARTES BILAN POUR CONNAITRE
MES POINTS FORTS ET MES POINTS FAIBLES...)