



Träningsdag för våra medlemmar

Missade du vårens träningsdagar? Nu har du en ny möjlighet!



Onsdagen den 12 augusti

bjuder vi in klubbens damer och herrar 22 år och uppåt till en träningsdag hos oss på Örebro City Golf & CC, Gustavsviksbanan.

Syftet med dagen är att du under trivsamma former ska få möjlighet att träna, inspireras, umgås och spela golf tillsammans med andra golfare på klubben.

Våra PGA-tränare Martin Sterner och Michael Lundström har hand om förmiddagens träningspass. Vi träffar också specialister inom fysträning som lär oss mer om kombinationen golf och bålträning. Under eftermiddagen går vi ut på Guldkundsbanan och spelar en lättssam tävling tillsammans.

Pris: 250 kronor (betalas i receptionen i samband med registrering på morgonen).

PROGRAM:

08.20 Kaffe och smörgås serveras i restaurangen samtidigt som Martin och Micke presenterar dagen.
09.00-12.00 Träning med Martin och Micke i olika grupper. Tips om bålträning för golfsvingen.
12.00 Lunch serveras i restaurangen.
13.30 Första bollen slår ut (vi spelar nio hål på korthålsbanan).
16.00 Avslutning med en enkel prisutdelning.

Visst låter det kul? Missa inte att **anmäla dig på vår hemsida** (se Träna/tävla-gruppträning-medlemsdag-skicka formulär). Senast den 5/8. Platserna är begränsade till 36 personer, så först till kvarn gäller... Medlemmar som missade vårens träningsdagar har förtur. Har du frågor, hör av dig till jenni.sterner@orebrogolf.se.

Varmt välkommen!