



## Aktiv-Camp „Abschlag in die Golfkarriere“

17. bis 19. April 2026

Sie wollten immer schon die Faszination des Golfsports kennenlernen?

Mit dem Platzreife-Camp der SVS ist dies möglich. Der Golfunterricht wird von einem Head-Professional der Golfschule Murhof durchgeführt. Zusätzlich tun Sie Ihrem Körper etwas Gutes und verbringen Zeit mit Sport- und Bewegungswissenschaftler Ben Pesendorfer.

Im Rahmen von 12 Einheiten mit einem Golf-Professional werden Ihnen die Grundkenntnisse des Golfsports nähergebracht. Kurzes Spiel, langes Spiel, Regelkunde und das Spielen am Platz sind im Kurs enthalten, der mit der Abnahme der ÖGV-Platzreife endet.

### Programm

- Theorievorträge
- Regelkunde
- Golf-Erlebnis auf der Driving Range
- Fitness-Check bei Ben Pesendorfer
- Freies Training
- 9-Loch-Runde auf der Golfanlage Graz-Andritz

### Zielgruppe

Nichtgolfer

### Seminarleitung

Ben Pesendorfer, BSc Sport- und Bewegungswissenschaftler

### Teilnehmer sollten Folgendes zum Camp mitbringen

- Adäquate Golfbekleidung (Poloshirt mit Kragen, keine Jeans- oder Jogginghosen, Sportschuhe mit rutschfestem Profil, optional: Kappe) sowie Indoor-Sportkleidung inkl. Sportschuhe
- Badebekleidung
- falls vorhanden: Golfausrüstung (wird sonst für den Kurs kostenlos zur Verfügung gestellt)
- Freizeit- und Abendgarderobe



Murhof Hotel & Restaurant  
Adriach-Rabenstein 53  
8130 Frohnleiten  
murhof-hotel.at

### Preis

**495,00 € Paketpreis\***  
**- 100,00 € SVS-Gesundheitshunderter**  
**395,00 € investieren Sie in Ihre Gesundheit**

\* pro Person im DZ, zzgl. Ortstaxe 2,50 Euro, EZ-Zuschlag: 70 Euro für den gesamten Aufenthalt im DZ zur Einzelnutzung, Leihgebühr: Golfausrüstung wird von der Golfschule kostenlos zur Verfügung gestellt. Optional können vorab auch Massagen (gegen Aufpreis) gebucht werden.

Nach Beendigung des Camps begleichen Sie bitte die Rechnung im Hotel. Bei Anspruch und Antrag auf einen SVS-Gesundheitshunderter erhalten Sie von der SVS 100 Euro auf Ihr Konto gutgeschrieben. Kostenloses Storno bis 7 Tage vor Anreise, bis 1 Tag vor Anreise 50%, am Anreisetag 100% des Reisepreises.

### Im Preis enthaltene Leistungen

- 2 Nächtigungen
- reichhaltiges Frühstücksbuffet
- Halbpension
- Platzreifekurs mit einem Golflehrer der Golfschule Murhof (12,5 Stunden)
- inkl. Golfschlägerset leihweise
- Fitness-Check bei Ben Pesendorfer
- freier Eintritt in den neu renovierten Spa-Bereich und Badetasche mit Badetüchern, Pantoffeln und flauschigem Bademantel

# Programm

## Freitag, 17. April 2026

|                 |   |
|-----------------|---|
| 13:30 Uhr       | Begrüßung mit Erfrischungsgetränk                             |
| ab 14:00 Uhr    | Check-in im Murhof Hotel & Restaurant möglich                 |
| 14:30-16:30 Uhr | Golf-Training auf der Driving Range mit dem Golf-Professional |
| 17:00-19:00 Uhr | Etikette, Theorie und Regelkunde                              |
| 19:15 Uhr       | Abendessen  |

## Samstag, 18. April 2026

|                 |   |
|-----------------|---|
| ab 07:30 Uhr    | Frühstücksbuffet  |
| 09:00-11:00 Uhr | Golf-Training auf der Driving Range mit dem Golf-Professional                 |
| 11:00-12:00 Uhr | Vortrag: Golf & Gesundheit – die Vorteile des Golfsports für Körper und Geist |
| 12:00-13:00 Uhr | Mittagspause  |
| 13:00-14:00 Uhr | Fitness-Check bei Ben Pesendorfer   |
| 14:00-16:00 Uhr | Golf-Training auf der Driving Range mit dem Golf-Professional                 |
| 16:00-18:45 Uhr | Freies Training auf der Driving Range bzw. Nutzung des Spa-Bereichs           |
| 19:00 Uhr       | Abendessen  |

## Sonntag, 19. April 2026

|                  |   |
|------------------|---|
| 07:30 Uhr        | Frühstücksbuffet  |
| bis 08:45 Uhr    | Check-out   |
| 09:00 Uhr        | Eigene Anreise zum GC Graz-Andritz (ca. 17 Minuten Fahrt)<br>zur 9-Loch Platzreife-Runde                            |
| 09:30-13:30 Uhr  | Golf-Training auf der Driving Range und Spielen auf der 9-Loch-Anlage<br>(Betreuung durch den Golf-Professional)    |
| 13:30 Uhr        | Farewell Drink und Abschlussgespräch inkl. Feedbackmöglichkeit (mündlich<br>und via QR-Onlinefragebogen) in Andritz |
| ab ca. 14.00 Uhr | Individuelle Heimreise  |

Eventuelle Änderungen vorbehalten.