

Aktiv-Camp „Golf – dem Leben neuen Schwung geben“

19. bis 22. April 2027

Platzreife – der Einstieg in den Golfsport
In diesem Kurs werden Sie das Spiel kennen und mit großer Wahrscheinlichkeit auch lieben lernen. Vor allem werden Sie den „Spirit of the Game“ kennenlernen und verstehen, warum dieses Spiel so viele Menschen auf der ganzen Welt begeistert.

Sie haben noch nie Golf gespielt, sind aber neugierig, dieses wunderschöne Spiel kennenzulernen? Dann ist dieser Grundkurs, in dem Sie die Platzreife erlangen werden, genau das Richtige. Sie lernen alle Grundlagen des Golfen kennen, angefangen von den verschiedensten Schlägern, Regeln und Etiketten, bis hin zu den unterschiedlichsten Schlagarten, wie dem Abschlag, das kurze Spiel und das Putten. Die Platzreife – wie das Wort schon sagt – macht Sie reif für den Platz und befähigt Sie, alleine zu spielen. Legen wir gemeinsam los – schönes Spiel.

Programm

- Körper-Check: Messung der Körperzusammensetzung (BIA = Bioelektrische Impedanz-Analyse)
- TAG 1: Kennenlernen der verschiedenen Schläger sowie der Grundschnitte
- TAG 2: Wiederholung und Übung des bereits Gelernten
- TAG 3: Spielen am Platz, Lernen der Grundregeln und Etikette
- TAG 4: Spielen am Platz – zählen, schreiben und Spieltempo

Im Preis enthaltene Leistungen

- Platzreife-Kurs inkl. Leihausrüstung
- Benützung des hoteleigenen Wellnessbereichs
- 3 Nächtlungen mit Vollpension

Teilnehmende sollten Folgendes zum Camp mitbringen

- Outdoor-Sportbekleidung
- Sportschuhe



Simon – das Vitalhotel
Am Kurpark 3
7431 Bad Tatzmannsdorf
dasvitalhotel.at

Preis

845,00 € Paketpreis (ab 2 Teilnehmern)*
- 100,00 € Gesundheitshunderter
745,00 € investieren Sie in Ihre Gesundheit

795,00 € Paketpreis (ab 3 Teilnehmern)*
- 100,00 € Gesundheitshunderter
695,00 € investieren Sie in Ihre Gesundheit

* Pro Person im DZ, zzgl. Ortstaxe, EZ-Zuschlag: 60 € für den gesamten Aufenthalt im DZ zur Einzelnutzung; keine Leihgebühr; 3-6 Personen pro Gruppe, max. 12 Teilnehmer für den ganzen Kurs (2 Trainer)

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 € auf Ihr Konto gutgeschrieben. Stornobedingungen: Kostenloses Storno bis 7 Tage vor Anreise, bei Stornierung bis 1 Tag vor Anreise 50 %, am Anreisetag 100 % des Camppreises.

Zielgruppe

Nicht Golfer – Anfänger - Golfinteressierte

Seminarleitung

Johannes Jandresits BED
PGA Golfprofessional

Programm

Montag, 19. April 2027

Bis 09:30 Uhr	Anreise
10:00 Uhr	Körper-Check: Messung der Körperzusammensetzung (Bioelektrische Impedanz-Analyse), anschließend Vorstellung der SVS-Angebote
12:00 Uhr	Mittagessen
13:45 Uhr	Begrüßung am Golfplatz
14:00-17:00 Uhr	Platzreife-Kurs: Aktivierung des Körpers – Wichtigkeit des Aufwärmens in Theorie und Praxis (Wie?, Warum?, Was?), Kennenlernen der verschiedenen Schläger sowie der Grundschnitte, Trainingsgrundlagen im Golfsport
18:00 Uhr	Abendessen

Dienstag, 20. April 2027

	Frühstück
09:00-12:00 Uhr	Platzreife-Kurs: Gemeinsames Aufwärmen, Aktivieren der Muskeln und mobilisieren der Gelenke, Bewegungslehre – Muskeln, Gelenke und Knochen: Wie entsteht Bewegung und wie funktioniert der Golfschwung, Krafttraining im Golfsport, Wiederholung und Übung des Gelernten
12:30 Uhr	Mittagessen
Ab 14:00 Uhr	Nutzung des Wellnessbereichs im Hotel
18:00 Uhr	Abendessen

Mittwoch, 21. April 2027

	Frühstück
09:00-12:00 Uhr	Platzreife-Kurs: Gemeinsames Aufwärmen, Theoretische Grundlagen zum Dehnen: Die Balance der Muskeln und Gelenke und deren Symmetrie im Körper, Beweglichkeitstraining im Golfsport, Spielen am Platz, Lernen der Grundregeln und Etikette
12:30 Uhr	Mittagessen
14:00 Uhr	Nutzung des Wellnessbereichs im Hotel
18:00 Uhr	Abendessen

Donnerstag, 22. April 2027

	Frühstück und Check Out
09:00-12:00 Uhr	Platzreife-Kurs: Gemeinsames Aufwärmen und Einspielen für die Runde, Spielen am Platz – zählen, schreiben und Spieltempo, Anschließend Feedback (inkl. Ausfüllen der Online-Fragebögen) und Abschluss