

Specialidrott

GOLF

HALMSTAD

Auktoriserat Golfgymnasium i samarbete med Haverdals GK



Svenska Golfbundet

Starten på Din karriär!

Golf är vår största individuella idrott. Vi är ett av Svenska Golfbundet auktoriserat golfgymnasium, vilket ställer höga krav på tränarens kvalitet, antal golftimmar, inomträning med mera. Dessa krav lever Aspero med råge upp till.



Vår samverkansklubb, Haverdals Golfklubb, är den klubb som bäst motsvarar de höga kraven på juniorverksamheten och anläggningen för att få status som auktoriserat golfgymnasium.

Klubben har allt som krävs för din utveckling som golfspelare. En bana som huserat SAS Masters Tour och Riksfinalen i Skandia Cup, fina närspelsområden, swingstudio med launch monitor och SAM Putt Lab mm. Självklart har du fritt spel och fria träningsbollar här. Asperos golfelever har också tillgång till högskolans fina gym (200 m från skolan) och Halmstad Golfhall.

Tränare

Fredrik Wetterstrand är tränare på Haverdal sedan 1996 och på Aspero sedan starten 2002. Utvecklingscoach för Han är utvecklingscoach för Swedish Golfteam, lärare i idrottspsykologi på Högskolan i Halmstad och på PGA:s tränarutbildning. Han har också skrivit flera böcker och utbildningsmaterial om golf.



ETT UNIKT KONCEPT

Träningen är uppbyggd kring några övergripande teman; att förstå spelet (vad krävs för att få så låg score som möjligt), att förstå sitt eget spel (styrkor och svagheter) och att förstå hur man tränar golf så effektivt som möjligt. Stor vikt läggs vid att kunna analysera sig själv och sitt eget spel, samt att utifrån det lägga upp en egen plan för sin träning. Givetvis sker detta med handledning.

Träningen periodiseras beroende på årstid, med fokus på närspel, wedgar och puttning under höstens utomhus-träning. Under sen höst och vinter ökar fokus på fys- och teknikträning och under våren ökar andelen målträning och spel.



www.aspero.nu

Idrottskoordinator Marcus Holm 035-136906
marcus.holm@asperofriskolor.se

ASPERO
IDROTTSGYMNASIUM