

Entwickeln Sie an einem 3-tägigen individuellem Workshop Ihr Körpergefühl für ein erfolgreiches Golf spielen. Profitieren auch Sie, wie die professionellen Spieler, von der langjährigen Erfahrung und Kompetenz Ihres Coachs Hartmut Wiese. Werden auch Sie im Golf erfolgreich mit dem Motto: „Körperfitting geht vor Schlägerfitting“.



Hartmut Wiese

## 3 Tage Golf-Coaching:

### 1. Tag

**Anreise bis 14.00 Uhr**

**Ab 14.00 Uhr Einleitung und Gesprächsrunde mit Ihrem Coach**

„Was möchte ich verbessern?“ (Meine Erwartungen an den Kurs)

**Übungsteil auf der Range (bis ca 17.00 Uhr)**

- Thema:**
- „In Schwung kommen“
  - „Mein Bewegungsgefühl erleben“
  - Bewegungskontrolle/Leichtigkeit beim Schwung/
  - Was spüre ich?

**Ab 19.00 Uhr gemeinsames Dinner im Hotelrestaurant**

(3-Gang Menü bzw kalt-warmes Buffet)

### 2. Tag

**10.00 – 12.30 Uhr 2. Übungsteil auf der Range**

- Thema:**
- „Schneller erfolgreich werden fühlen Sie Ihren Schwung“
  - Zielgerichtet putten/Kontrolle im kurzen Spiel  
anschl. kleiner Lunch im Clubhouse

**14.00– 16.00 Uhr 3. Übungsteil auf der Range**

- Thema:**
- Schwungsgefühl/Schwungrhythmus/mehr Länge ohne Kraft
- Danach 9-Loch-Golfrunde mit Auswertung der Übungsergebnisse**

**Ab 19.00 Uhr gemeinsames 4-Gang Dinner und Erfahrungsaustausch im Hotelrestaurant**

### 3. Tag

**9.00 – 11.00 4. Übungsteil auf der Range (individuelles Training)**

**Thema:** „Meinen Schwung verinnerlichen und erleben“

**Danach 18-Loch-Golfrunde**

Erleben des Erlernten und Fokussierung.

**Anschließend individuelle Auswertung**

(Halfway nach 9 Löchern im Clubhouse möglich)

**Die Pros der Golfanlagen werden die Gruppe mit Ihrem Coach während des Workshops für 2 Stunden begleiten.**

# 3 Tage Golf - Coaching

...mit dem einzigartigen  
medical Golfcoach Hartmut Wiese

