



VINTERTRÆNING 2024-2025

Silkeborgs Proteam tilbyder indendørs vintertræningsforløb på hold, for alle golfspillere uanset niveau, alder og ambitioner. Træningen vil tage udgangspunkt i den enkeltes golfsving og fysik, med individuel træning og vejledning mod et bedre golfsving. Vintertræning er således en mulighed for at få ændret på svinget, så har du problemer med en slice, vil du gerne have mere fart eller ramme bolden mere konstant. Så er dette en super mulighed for træning, så du er klar til sæsonstart. Alle holdene er nu oprettet - og mange har allerede tilmeldt sig. Skal du sikre dig en plads, så skal du ikke vente ret meget længere.

Træningen foregår på Trackman golfsimulator i vores indendørscenter på Sommervej 50.

VINTERTRÆNING - 12 UGERS FORLØB - VED JÓGVAN JESPERSEN

Dag	Tid	Uger	Pris	Træner	Pladser/link
Onsdag	9:00 – 10:00	45,46,47,49,50,51,2,3,5,6,8,9	2600	Jógvan	1 - Tilmeld
Onsdag	10:15 – 11:15	45,46,47,49,50,51,2,3,5,6,8,9	2600	Jógvan	3 - Tilmeld
Onsdag	11:30 – 12:30	45,46,47,49,50,51,2,3,5,6,8,9	2600	Jógvan	3 - Tilmeld
Onsdag	18:00 – 19:00	45,46,47,49,50,51,2,3,5,6,8,9	2800	Jógvan	3 - Tilmeld
Onsdag	20:30 – 21:30	45,46,47,49,50,51,2,3,5,6,8,9	3000	Jógvan	3 - Tilmeld
Torsdag	9:00 – 10:00	45,46,47,49,50,51,2,3,5,6,8,9	2600	Jógvan	3 - Tilmeld
Torsdag	10:15 – 11:15	45,46,47,49,50,51,2,3,5,6,8,9	2600	Jógvan	1 - Tilmeld
Torsdag	11:30 – 12:30	45,46,47,49,50,51,2,3,5,6,8,9	2600	Jógvan	3 - Tilmeld
Torsdag	16:45 – 17:45	45,46,47,49,50,51,2,3,5,6,8,9	2800	Jógvan	2 - Tilmeld
Torsdag	18:00 – 19:00	45,46,47,49,50,51,2,3,5,6,8,9	3000	Jógvan	1 - Tilmeld
Torsdag	19:30 – 20:30	45,46,47,49,50,51,2,3,5,6,8,9	3000	Jógvan	1 - Tilmeld
Torsdag	20:30 – 21:30	45,46,47,49,50,51,2,3,5,6,8,9	3000	Jógvan	2 - Tilmeld

VINTERTRÆNING - 11 UGERS FORLØB - VED RASMUS ROLIGHED

Dag	Tid	Uger	Pris	Træner	Pladser/link
Mandag	9.00 – 10.00	43,47,48,50,51,3,4,6,8,9,10	2600	Rasmus	3 - Tilmeld
Mandag	10.15 – 11.15	43,47,48,50,51,3,4,6,8,9,10	2600	Rasmus	2 - Tilmeld
Mandag	11.30 – 12.30	43,47,48,50,51,3,4,6,8,9,10	2600	Rasmus	3 - Tilmeld
Mandag	20.30 – 21.30	43,47,48,50,51,3,4,6,8,9,10	3000	Rasmus	1 - Tilmeld
Tirsdag	11.30 – 12.30	43,47,48,50,51,3,4,6,8,9,10	2600	Rasmus	2 - Tilmeld
Tirsdag	15.15 – 16.15	43,47,48,50,51,3,4,6,8,9,10	2600	Rasmus	2 - Tilmeld
Tirsdag	16.30 – 17.30	43,47,48,50,51,3,4,6,8,9,10	3000	Rasmus	2 - Tilmeld

VINTERTRÆNING - 9 UGERS FORLØB - VED RASMUS ROLIGHED

Dag	Tid	Uger	Pris	Træner	Pladser/link
Fredag	9:30 – 10:30	47,48,50,51,3,4,5,6,8	2200	Rasmus	3 - Tilmeld
Fredag	10:45 – 11:45	47,48,50,51,3,4,5,6,8	2200	Rasmus	3 - Tilmeld
Fredag	13:00 – 14:00	47,48,50,51,3,4,5,6,8	2200	Rasmus	3 - Tilmeld
Fredag	14:00 – 15:00	47,48,50,51,3,4,5,6,8	2500	Rasmus	3 - Tilmeld
Fredag	15:15 – 16:15	47,48,50,51,3,4,5,6,8	2500	Rasmus	3 - Tilmeld

Ønskes individuel træning eller forløb kan der forespørges på dette ved at skrive til procenter@srgolf.dk