



HiGM Vasat-info (kesäkausi 2017)

Ryhmät:

Seuran junioreja kutsutaan **Vasoiksi**. Harjoitusryhmät muodostetaan iän ja taitotason mukaan seuraavasti

- *Alkeis-/Pikku-Vasat* (golfharrastuksen aloittavat / green card-suoritukseen tähtäävät tai vähän aikaa pelanneet)
- *Vasat* (green cardin jo suorittaneet ja edistyneemmät)
- *Aktiivi-Vasat* (aktiiviharrastajat, kilpailuihin tähtäävät)
- *Kilpa-Vasat* (täysipainoisesti harjoittelevat, kilpailuihin osallistuvat)

Maksut:

- Harjoitusryhmittäin (maksun voi halutessaan jakaa kahteen erään)
 - *Alkeis-/Pikku-Vasat* (jäsen: 150 € & ei-jäsen: 180 €)
 - *Vasat* (jäsen: 150 € & ei-jäsen: 180 €)
 - *Aktiivi-Vasat* (jäsen: 350 € & ei-jäsen: 400 €, sis. pelioikeuden)
 - *Kilpa-Vasat* (jäsen: 550 € & ei-jäsen: 650 €, sis. pelioikeuden)
- Maksut sisältävät
 - Koulutuksen viikkoharjoituksissa ja mahd. pelikierroksilla
 - Ilmaisen rangeharjoittelun kesäksi
 - Alkeis-/Pikku-Vasoille Greencard-kokeen
 - Kaikille harjoitusryhmäläisillä mahdollisuus ostaa pelioikeus kentälle alennettuun hintaan. Kysy lisää!

Toiminta:

- **Kauden yhteiset (kaikki ryhmät ja uudet harrastajat/kokeilijat) avaustreenit harjoitusalueella ti 2.5 klo 18-19. Samalla pidetään kokoustilassa avoin vanhempaininfo.**
- Viikkoharjoitukset harjoitusryhmittäin (n. 18 viikkoa, kesätauko vko 27-29), alkaen vko 18:
 - *Alkeis-/Pikku-Vasat* tiistaisin klo 18-19
 - *Vasat* tiistaisin klo 18-19
 - *Aktiivi-Vasat* tiistaisin klo 18-19 ja torstaisin klo 18-20.30
 - *Kilpa-Vasat* tiistaisin klo 19-20 ja torstaisin klo 18-20.30 ja Mikan ilmoituksista erikseen sovituin aikatauluin (yht. n. 3krt/vko).
- Heinäkuussa kahden päivän leiri kotikentällä (greencardin suorittaneille) 19.-20.7
- Lisäksi järjestetään harjoituskierroksia/muita tapahtumia kotikentällä ja muilla lähialueen kentillä (määrät vaihtelevat harjoitusryhmittäin, ks. Vasojen tapahtumakalenteri Internet-sivuilta)

Yhteystiedot:

Pro

- Asikainen Mika, puh: 050-9186235, s-posti: pro@hirvihaarangolf.fi

Ohjaajat

- Front Mikko, p. 044-9789842, s-posti: sal.mikko@kolumbus.fi
- Hellström Jarno, puh.: 044-3233180, s-posti: jarhe69@gmail.com
- Koivisto Tiia, puh.: 044-5843471, s-posti: tiiakoivisto@luukku.com
- Saarikivi Sami, puh.: 045-3550654, s-posti: sami.saarikivi@gmail.com
- Simola Ari, puh.: 0500-713294, s-posti: ari.simola@phnet.fi



**HIRVIHAARAN
GOLF**

ystävällinen golfkenttä Mäntsälässä

JUNIORITOIMINTA



Vasat harjoitusohjelmanrunko 2017 viikoille 19 - 26

Vko 18 ALOITUSINFO + YHTEISTREENIT

Vko 19 Putti + chippi

- Perusteet: ote, asento, suuntaus
- Löynnin tavoite ja pelin idea
- Osuma

Vko 20 Chippi + swingin perusteet

- Chippi: osuma, mailan käyttö ja mailan toiminta
- Swingin perusteet: ote, asento, suuntaus

Vko 21 Bunkkeri + putti

- Bunkkerilyönnin idea ja osuma
- Putti: osuma, liike, suunta ja pituudenhallinta

Vko 22 Wedgepeli + swingi

- Perusteet: ote, asento, osuma
- Liike: liikkeellelähtö
- Liikkeenkehittäminen

Vko 23 Lähipelirata

Vko 24 Putti + chippi + swingi

- Putti ja chippi kohteeseen: suunta ja pituus
- Swingiharjoittelua, eri mailat

Vko 25 Wedgepeli + bunkkeri

- Osuma ja liike

Vko 26 Kertausta ja pelinomaista harjoittelua + greencard suorituksia

- Lähipeliharjoittelua 1-3 pallolla pelinomaisesti

Lisäksi kaikissa harjoituksissa käydään läpi greencardiin kuuluvia etiketti- ja sääntöasioita, juniorilähtöisesti.