

PLANNING ECOLE DE GOLF JUNIORS :
Groupe 13h00 - 17h00
ARRAS GOLF RESORT : SAISON 2018 - 2019

	MER	SAM	
SEPTEMBRE	/	8	Rentrée Jour 1 - Académie de Golf
	12	15	Cours Technique Bases
	19	22	Cours Technique bases
	26	29	Semaine Ryder Cup Juniors
OCTOBRE	3	6	Cours Technique et Mentale
	10	13	Cours - Circuit Training (inscription compétition semaine suivante)
	17	/	Juniors Tour 1 Indexs & Passage de drapeaux n°1
	/	20	Juniors Tour 2 Indexs & Passage de drapeaux n°2
	20 oct - 4 nov		VACANCES TOUSSAINT
NOVEMBRE	Jeudi 1Nov - Vend 2nov - Samedi 3 Nov		3 JOURS DE STAGES JUNIORS : STAGE DEB(14h00-16h30) & STAGE PERFECTIONEMENT (9h00 - 12h00)
	7	10	Cours Technique (La Rentrée)
	14	17	Cours - Technique Wedging / Prep.Physique
	21	24	Cours - Technique GJ / Prep.Physique
	28	/	Cours - Technique PJ / Prep.Physique
DECEMBRE	/	1	Cours - Technique GJ / Prep.Physique
	5	8	Cours - Tactique Parcours / Prep.Physique
	12	15	Cours - Circuit Training (inscription compétition semaine suivante)
	19	/	Juniors Tour 4 indexs & Passage de drapeaux COMPETITION DE NOEL
	/	22	Juniors Tour 5 Index & Passage de drapeaux COMPETITION DE NOEL (Concours de Gateaux)
	22 dec - 6 janv		VACANCES NOEL
JANVIER	Jeudi 3 - Vend 4 Sam 5 Janvier		3 JOURS DE STAGES JUNIORS : DEBUTANT (14h00-16h30) & STAGE PERFECTIONEMENT (9h00 - 12h00)
	9	12	Cours technique VIDEO ANALYSE EN SALLE (La Rentrée)
<i>Plannification en salle des objectifs sportif 2018</i>	16	19	Cours SWING Mécanique - Plannification Objectif
	23	26	Cours - Technique GJ / Physique
	30	/	Cours - Technique / Physique (inscription compétition semaine suivante)
FEVRIER		2	Cours - Circuit Training (inscription compétition semaine suivante)
	6	/	Juniors Tour 6 Indexs & Passage de Drapeaux COMPETITION INDEX D'HIVER
	/	9	Juniors Tour 7 Indexs & Passage de Drapeaux COMPETITION INDEX D'HIVER
	9 fev - 24 fev		VACANCES HIVER
	27		Cours (La rentrée) - Profil Smart 2 Moves(Plateformes de forces)

MARS		2	Cours - Technique PJ / Prep.Physique Equilibre
	6	9	Cours - Technique GJ / Prep.Physique Vitesse
	13	16	Cours - Technique PJ / Prep.Physique Equilibre
	20	23	Cours - Technique GJ / Prep.Physique Vitesse
	27	30	Cours Calibrage TM4 - Circuit Training (<i>inscription compétition semaine suivante</i>)
AVRIL	3		Juniors Tour 6 Indexs & Passage de Drapeaux COMPETITION DE PAQUES
		6	Juniors Tour 7 Indexs & Passage de Drapeaux COMPETITION DE PAQUES
	6Avril - 21Avril		VACANCES HIVER
	Lundi15 - Mardi 16 - Merc 17 Avril		3 JOURS DE STAGES JUNIORS : DEB(14h00-16h30) & STAGE PERFECTIONEMENT (9h00 - 12h00)
	24	27	Pas Cours
	Rattrapage cours le Dimanche 28		rattrapage cours du 27 : Cours - Tactique
MAI	1	4	Cours*- Technique / Mentale
Opération durant le mois	8	11	Cours-Technique / Tactique
‡ "Amène un copain à l'Ecole de Golf"	15	18	Cours*- Technique / Mentale
	22	25	Cours*-Technique / Tactique
	29		Cours*- Technique / Mentale
JUIN		1	Cours Tactique
	5	8	Cours Techniques + ("Tous au Golf Juniors le 5 Juin")
	12	15	Cours Calibrages TM4 (<i>inscription compétition semaine suivante</i>)
	19		Cours - Circuit Training (<i>inscription compétition semaine suivante</i>)
		22	Juniors Tour 8 & Passage de Drapeaux COMPETITION FIN D'ANNEE
	26		Juniors Tour 9 & Passage de Drapeaux COMPETITION FIN D'ANNEE
	Mercredi 26		FETES DE L'ECOLE DE GOLF & REMISE DES PRIX ANNEE SPORTIVE 18H00
JUILLET	Lundi 1er Juillet Mard 2 et mercredi 3		3 JOURS DE STAGES JUNIORS : DEB(14h00-16h30) & STAGE PERFECTIONEMENT (9h00 - 12h00)