

ESCUELA DE COMPETICIÓN

ESCUELA DE LA FEDERACIÓN DE GOLF DE MADRID

TEMARIO JUEGO LARGO

TÉCNICA

COLOCACION

1 ORDEN DE COLOCACIÓN (PALO, MANOS, CUERPO)

MATERIAL

VARILLAS

CEREBRO

2 EL PALO

MATERIAL

CEREBRO

3 LAS MANOS

MATERIAL

ROTULADORES

CEREBRO

4 EL CUERPO Y LA POSICIÓN DE LA BOLA

MATERIAL

VARILLAS

5 7 POSICIONES DE LA CARA DEL PALO

MATERIAL

PALO

IMAN

SWING

1 BACKSWING 1

MATERIAL

VARILLAS

LASERS

TEES

2 BACKSWING 2

MATERIAL

VARILLAS

PINZAS

CEREBRO

3 BACKSWING 3

MATERIAL

VARILLAS

4 BACKSWING 4

FINAL DE LA SUBIDA

MATERIAL

PLANTILLAS

MADERAS

5 DOWNSWING 1

MATERIAL

MEDIAS PELOTAS TENIS

VARILLAS

6 DOWNSWING 2

MATERIAL

VARILLAS

PLATAFORMAS PESOS

7 IMPACTO

MATERIAL

SACO GOLPEO

PALO CURVADO

VARILLAS

8 FOLLOW THROUGH

MATERIAL

VARILLAS

GOMAS

9 FINAL

MATERIAL

VARILLAS

LOS PALOS

1 LIES Y LOFTS

MATERIAL

CEREBRO

2 LOS 7 VUELOS DE LA BOLA

MATERIAL

PALO

PIZARRA

HABILIDADES

GOLPES BÁSICOS

1 FADE

MATERIAL

VARILLAS

2 DRAW

MATERIAL

VARILLAS

3 RECTA

MATERIAL

VARILLAS

4 PUNCH

MATERIAL

VARILLAS

ESTRATEGIA

SALIDAS

1 PELIGRO DERECHA

MATERIAL

VARILLAS

PIZARRA

2 PELIGRO IZQUIERDA

MATERIAL

VARILLAS

PIZARRA

3 PELIGRO DOS LADOS

MATERIAL

VARILLAS

PIZARRA

TIROS A GREEN

1 PELIGRO DERECHA

MATERIAL

VARILLAS

PIZARRA

2 PELIGRO IZQUIERDA

MATERIAL

VARILLAS

PIZARRA

3 PELIGRO DOS LADOS

MATERIAL

VARILLAS

PIZARRA

4 PELIGRO CORTO

MATERIAL

PIZARRA

5 PELIGRO LARGO

MATERIAL

PIZARRA

INCLINACIONES

1 MAS ALTA QUE LOS PIES

MATERIAL

CEREBRO

OJOS

2 MAS BAJA QUE LOS PIES

MATERIAL

CEREBRO

OJOS

3 CUESTA ARRIBA

MATERIAL

VARILLAS

4 CUESTA ABAJO

MATERIAL

VARILLAS

LIES

1 EN ROUGH

MATERIAL

CEREBRO

2 EN CHULETA

MATERIAL

CEREBRO

OJOS

3 TERRENO ARENOSO

MATERIAL

CEREBRO

4 CAMINO

MATERIAL

CEREBRO

CAMINO

GOLPES RAROS

1 A ZURDAS

MATERIAL

HIERRO 9

2 DE RODILLAS

MATERIAL

RODILLAS

3 A UNA MANO

MATERIAL

HIERRO 9

4 PEGADA A UN MURO

MATERIAL

MURO