

## **Curso específico de Hierros-maderas (juego largo)**

Hierros: El curso estará basado en la diferencia que hay entre los hierros, tanto en el diseño, colocación, swing, como en la trayectoria de la bola.

El objetivo será la mejora y corrección personal, estudiando todos los aspectos y poniendo los ejercicios específicos para la evolución en la secuencia de impacto, trayectoria y distancia.

Maderas: el objetivo será descubrir/afianzar la diferencia en la postura/colocación, en la importancia y cómo afecta al plano y de esa forma mejorar tanto la reacción de bajada, como la secuencia del impacto. Se personalizará el trabajo con el fin de mejorar la técnica y se adaptarán ejercicios para mejorar los entrenamientos.

## **Curso específico de Approach**

El objetivo es hacer un repaso a las diferentes trayectorias incidiendo en la diferencia que puedan tener en la colocación y ejecución del golpe. Se personalizará en la mejora de técnica y se practicarán diferentes situaciones con el fin de potenciar la imaginación y posibilidades, por lo tanto una mejora en la estrategia y en la decisión del golpe.

## **Curso específico de Bunker**

Bunker alrededor de green: Nos basaremos en la importancia y la diferencia en la colocación/postura, en cómo afecta al plano de swing, y descubriendo la diferencia con los errores más comunes. Trabajo específico en las fuerzas verticales de cara a la mejora tanto de la reacción de bajada, como de la secuencia de impacto. Se verán diferentes trayectorias en función del tipo de bunker (talud, tipo/cantidad de arena, distancia a la green, distancia del green a la bandera, inclinaciones, . . . ) y los palos que se puedan utilizar.

Bunker largo: conceptos básicos del swing (postura, plano, reacciones . . .), palos con los que se puede jugar un bunker largo, descubrir su dificultad, conseguir la elección más cómoda y productiva para el jugador, destacando también el palo largo de mayor confianza y trabajando su técnica para mejorarla.

## **Curso específico de Putt.**

El objetivo es mejorar todos los aspectos que rodean el golpe, desde la técnica más básica de colocación, línea, potencia, e impacto, hasta descubrir las diferentes posibilidades que me ofrece el grip, la rutina, la visualización, y confianza en cada distancia y situación.

## **Curso específico de Campo.**

Se harán dos salidas donde se explicarán conceptos básicos de procedimientos, comportamiento y la importancia de conocer las diferentes áreas de juego, y sus diferencias. Por supuesto, una dedicación muy importante a la estrategia, tanto en las diferentes situaciones que pueden surgir, como en las salidas en días diferentes por el terreno, viento, lluvia, altas temperaturas . . . también se hará un repaso a la dieta y al entrenamiento antes de una competición.