

Kvinder & Golf 2024



**Et effektivt, sjovt og inspirerende
kursusforløb for kvinder**



Helsingør Golf Club
– go' golf for alle

www.helsingorgolf.dk

Kvinder & Golf 2024

– et begynderforløb kun for kvinder

Golf er sjovt, udfordrende, sundt og socialt. Stort set alle kan være med – uanset alder og fysik, og det er aldrig for sent at lære. Golf er en fantastisk sport – også for kvinder!

I Helsingør Golf Club vil du møde masser af andre kvinder. Nogle er måske i sin tid lokket med af en ægtefælle eller en golfspillende veninde. Andre er startet på egen hånd – uden at kende et øje. Netværket kommer af sig selv, når først du begynder at spille.

Et stærkt fællesskab

Fælles for alle vores kvindelige medlemmer er, at de deler en kæmpe glæde ved golfspillet. De nyder spillet, samværet, den gode motion og den smukke natur. Mange siger oprigtigt, at golfspillet har ændret deres liv, og at de i dag ikke kunne forestille sig et liv uden golf og den livskvalitet, der følger med.

Effektiv træning og afslappet hygge

Kvinder & Golf 2024 er et effektivt, uformelt og inspirerende kursusforløb *kun* for kvinder! Som deltager handler det ikke kun om at få en effektiv introduktion til golf. Du lærer også en masse andre skønne kvinder at kende – både de andre deltagere og vores coaches.

Coachene er klubmedlemmer, som selv har været nye engang, og som er med under hele begynderforløbet.

En glæde, der fortsætter efter kurset

Under hele forløbet har du altid nogen at dele oplevelsen med. Både når vi træner og puster ud. Og vælger du at fortsætte med at spille golf hos os, kan du glæde dig til tiden efter. Den tegner nemlig lys! Vores erfaring er, at flere af dine meddeltagere bliver dine golfvenner også efter kurset. Spørg selv vores garvede klubmedlemmer. De fleste vil svare, at de – efter mere end 5 år – *stadig* spiller med mange af dem, som de var på begynderkursus med.

Meld dig til *Kvinder & Golf 2024* allerede i dag, og glæd dig til en ny æra fyldt med masser af sjove oplevelser, frisk luft, ny energi og – ikke mindst – nye venskaber!



Prøvedlemskab med fordele

Som deltager får du automatisk et prøvedlemskab i 8 uger (30. april–25. juni 2024). I denne periode kan du selvtræne på vores træningsanlæg alle ugens dage. Fra 28. maj (sidste kursusdag) har du desuden ret til frit at spille golf på vores 9-hullers-bane (par-3-banen).

Program



TIRSDAG 30. april, kl. 16-20

- Velkomst og introduktion
- Træning med pro'en: Du lærer det grundlæggende, nemlig hvordan man "står", holder og svinger golfkøllen og især – rammer bolden og får den til at flyve!
- Vi får noget at spise og øl/vin/vand på terrassen.

TIRSDAG 7. MAJ, kl. 16-20

- Opfølgning på sidste uges træning
- Træning med pro'en: Du lærer de korte chipslag (indspil til green)
- Træning med pro'en: Du lærer at putte ("trille" bolden i hul)
- Vi får burgere og øl/vin/vand på terrassen.

TIRSDAG 14. MAJ, kl. 16-20

- Opfølgning på sidste uges træning
- Træning med pro'en: Du lærer at få bolden op af (de frygtede?) sandbunkers ...
- Puttekonkurrence
- Vi fylder picnickurven med sandwiches og rosévin og "tager på udflugt" til vores lille par-3-bane, hvor vi kan kigge på dem, der forhåbentlig er i gang med at spille golf.

TIRSDAG 21. MAJ, kl. 16-20

- Opvarmning og opfølgning på træningsarealerne
- Nu gælder det: Vi skal spille "rigtig golf". Det foregår på par-3-banen.
- Vi får tapas og slukker tørst på terrassen – og uddeler præmier til vinderne!

TIRSDAG 28. MAJ, kl. 16-20

- Sidste træning og evaluering med pro'en, der giver gode råd med på vejen
- Vi afslutter *Kvinder & Golf 2024* med lidt mad/drikke på terrassen samt information om dine muligheder for evt. at fortsætte med at spille golf i Helsingør Golf Club.

Pris

Hele forløbet, inkl. træning, forplejning, diverse accessories samt prøvemedlemskab indtil 25. juni 2024, pr. person:

Kr. 1.999,-

NB. At deltage i *Kvinder & Golf 2024* er uforpligtende og ikke bindende!

Hvad med
golfkøller?

Du kan låne et
golfset, mens du
er på kursus.



Vil du vide mere?

- Læs mere om *Kvinder & Golf 2024* på www.helsingorgolf.dk/Om-Kvinder-og-Golf-2024
- Læs mere om Helsingør Golf Club på www.helsingorgolf.dk
- Skriv direkte til tovholder Helle Krog på mail kvinder&golf2024@krog.biz, hvis du har spørgsmål til *Kvinder & Golf 2024*.

Tilmelding



Du kan melde dig til *Kvinder & Golf 2024* ved at gå ind på www.helsingorgolf.dk/Om-Kvinder-og-Golf-2024.

Du kan også scanne koden til venstre.

Alternativt kan du sende en mail til nyspiller@hgcgolf.dk med følgende oplysninger:

1. Bekræftelse af, at du ønsker at tilmelde dig *Kvinder & Golf 2024*
2. Dit fulde navn og adresse
3. Dit telefonnummer
4. Din fødselsdato og -år (ikke CPR-nr.)

NB. Hvis du ønsker at låne et golfsæt, mens du er på kursus, så skriv også dét. Notér i så fald, om du er højre- eller venstrehåndet.

Senest en uge efter din tilmelding, vil du modtage en opkrævning, og senest en uge inden kursusstart vil du modtage noget praktisk information, som du bedes læse inden kursusstart.

Tilmeldingsfrist: Senest den 23. april 2024



Helsingør Golf Club
– go' golf for alle

Gl. Hellebækvej 73, 3000 Helsingør
Tlf.: 49 21 29 70, E-mail: klubkontor@helsingorgolf.dk
www.helsingorgolf.dk