

Eendaagse clinic bij Golfbaan Spaarnwoude

Wist je dat golf je fysieke gezondheid kan verbeteren?! Studies hebben namelijk aangetoond dat regelmatig golfen kan helpen het stressniveau te verminderen, de bloeddruk en het cholesterolgehalte te verlagen, de flexibiliteit en het evenwicht te verbeteren, en zelfs de botten en spieren te versterken. Alleen al qua hoeveelheid stappen zetten is kun je golf zien als een sportieve uitdaging, want bij 18-holes golfronde loopt je 6 tot 8 kilometer en dat terwijl je lekker buiten bent.

Hero ziet deze sport dan ook als een unieke, ontspannende, maar toch ook als intensieve activiteit. Zodoende dat we onze Hero's graag willen introduceren met deze sport.

Eendaagse clinic

Tijdens deze clinic krijg je de kans om kennis te maken met de golfsport onder begeleiding van een ervaren instructeur(s). Je leert de basisbeginselen van het golfen, oefent swings en ontdekt hierbij de geheimen van de green.

“Deze clinic is een avontuur voor de startende golfer, want vanaf de eerste slag op de driving range bereidt je je voor op een ronde op de compact course. De instructeur leert je de eerste 1,5 uur de lange slagen en legt aandacht op het “ korte werk” waarna je onder begeleiding van de instructeur aan de slag gaat op een heuse par 3 baan.

Hoe, wat, waar?!?

- Op zaterdag 25 mei van 13.00 uur tot 16.30 uur bij Golfbaan Spaarnwoude
- Vanaf 13.00 uur inloop in de brasserie met koffie of thee
- Om 13.30 uur maak je kennis met de instructeur en gaan jullie aan de slag

Aanmelden

Wil jij testen of je Tiger Woods kan evenaren? Wil je samen met een groepje collega's een sportieve en gezellige dag meemaken in de frisse buitenlucht? Aanmelden kan voor 1 mei bij Susanne via s.sijmons@herokindercentra.nl. Goed om te weten dat er minimaal 8 deelnemers nodig zijn om deze activiteit door te laten gaan en er kunnen max. 15 personen deelnemen.

