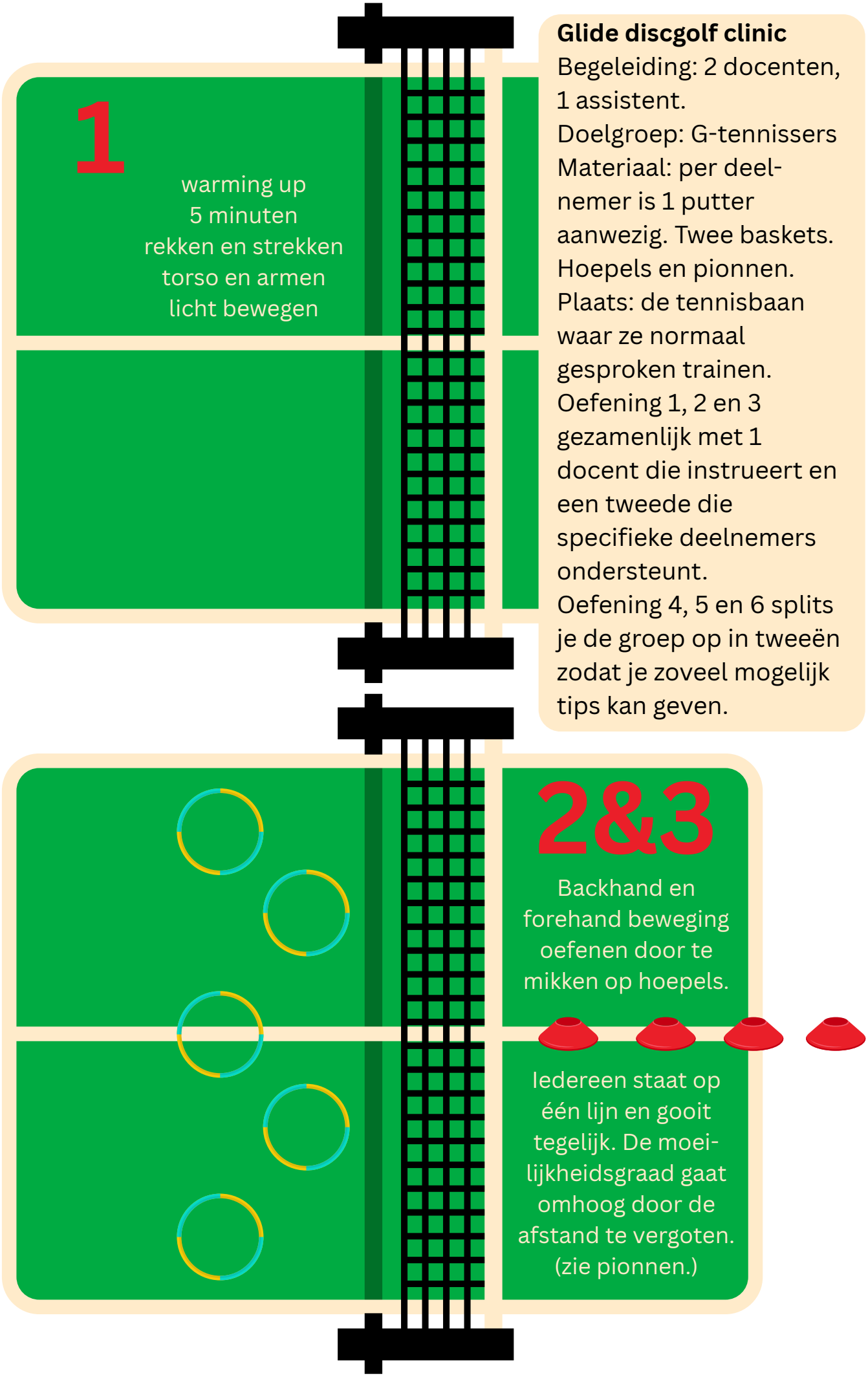
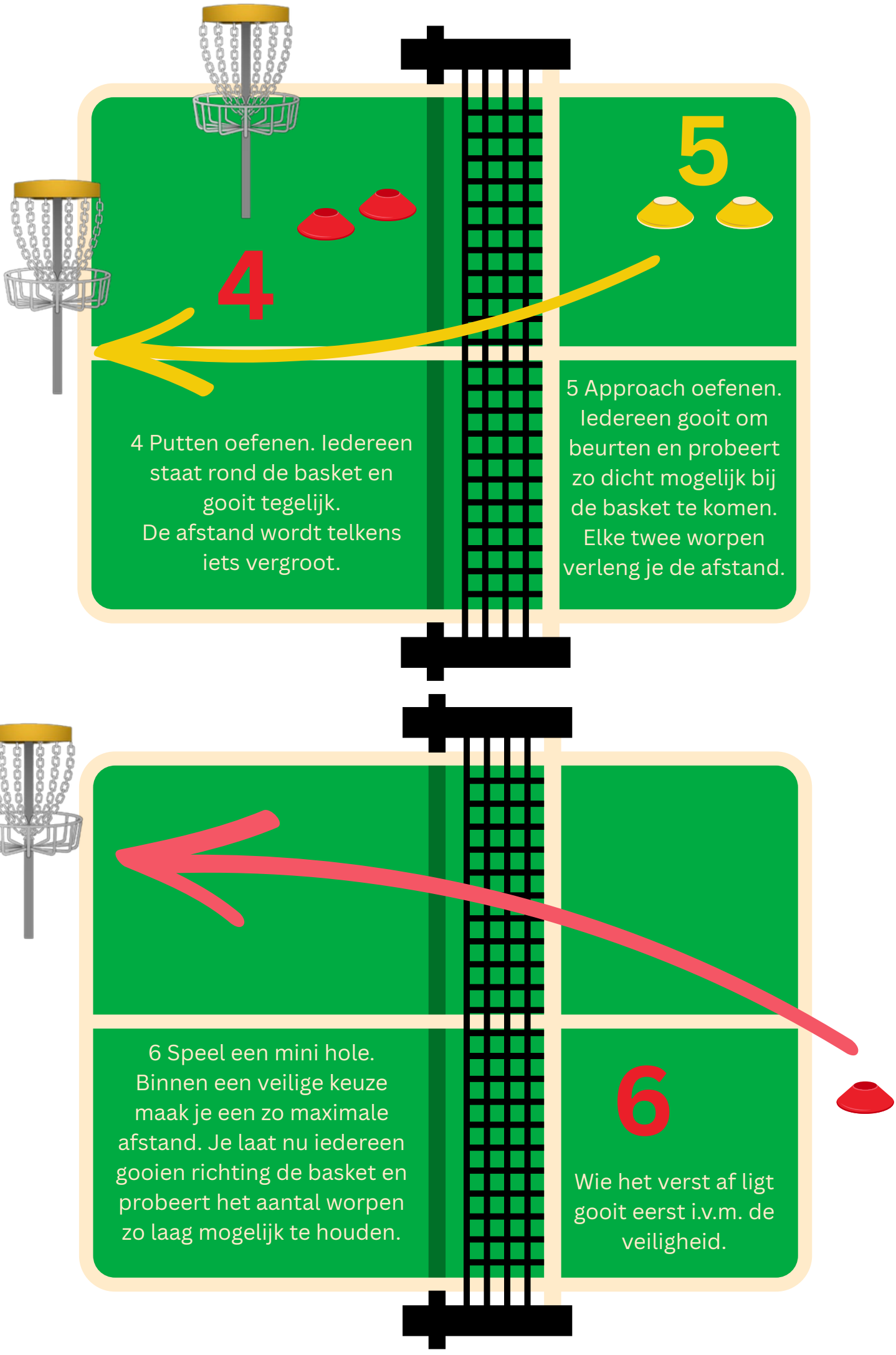
Glide discgolf clinic

Begeleiding: 2 docenten, 1 assistent.
Doelgroep: G-tennissers
Materiaal: per deelnemer is 1 putter aanwezig. Twee baskets. Hoepels en pionnen.
Plaats: de tennisbaan waar ze normaal gesproken trainen.
Oefening 1, 2 en 3 gezamenlijk met 1 docent die instrueert en een tweede die specifieke deelnemers ondersteunt.
Oefening 4, 5 en 6 splits je de groep op in tweeën zodat je zoveel mogelijk tips kan geven.




4
5
4 Putten oefenen. Iedereen staat rond de basket en gooit tegelijk.
De afstand wordt telkens iets vergroot.
5 Approach oefenen. Iedereen gooit om beurten en probeert zo dicht mogelijk bij de basket te komen.
Elke twee worpen verleng je de afstand.
6
6 Speel een mini hole. Binnen een veilige keuze maak je een zo maximale afstand. Je laat nu iedereen gooien richting de basket en probeert het aantal worpen zo laag mogelijk te houden.
Wie het verst af ligt gooit eerst i.v.m. de veiligheid.