



Winter Junior Golf Program – zadbaj o prawidłowy rozwój dziecka.

Opracował – Piotr Ragankiewicz PGA Polska/Ekberg Golf Academy





Rozwój ruchowy z podstawami golfa.

W dobie smartfonów i tabletów towarem poza wszelką wartością jest prawidłowy – aktywny rozwój dziecka. Ważne jest żeby dziecko aktywnie przeszło przez najważniejsze fazy rozwoju biologicznego. Dzięki temu będzie ono sprawniejsze, pewniejsze siebie i w przyszłości z łatwością będzie mogło uczyć się uprawiania nowych dyscyplin sportowych.

My pomożemy Tobie i Twojemu dziecku jak najefektywniej przejść przez ten wymagający okres i zadbać o rozwój, oraz zarazić pasją do sportu i aktywnego wypoczynku. I do tego nauczymy postaw gry w golfa.

Zdrowie to największa i najbardziej korzystna inwestycja. Szczególnie jeśli chodzi o zdrowie Twojego dziecka. Jesteśmy po to żeby pomóc Ci zainwestować najefektywniej!



Jak to funkcjonuje?

We współpracy ze specjalistami rozwoju motorycznego u dzieci i trenerami reprezentacji polski juniorów w golfie stworzyliśmy program, który kształtuje u dziecka najważniejsze umiejętności motoryczne (koordynacja, zręczność, orientacja przestrzenna...) w ramach zabaw i gier, które przynoszą dziecku zabawę. System został oparty o kanadyjski program LTAD – Long Term Athletic Development, Narodowy Program Rozwoju Juniorów Polskiego Związku Golfa i badania specjalistów z Titleist Performance Institute. Dzięki temu masz pewność, że Twoje dziecko bierze udział w programie stworzonym na podstawie najnowszych globalnych idei rozwoju młodego człowieka. Każde zajęcia wypełnione są ćwiczeniami i grami ruchowymi, specjalnie dobranymi zadaniami, budującymi najważniejsze wzory ruchowe – functional movements patterns i nauką gry w golfa. 90 minut wypełnione różnymi czynnościami, więc nie będzie czasu na nudę.

Twoje dziecko prawidłowo się rozwija, bawi się i uczy grać w golfa!



Co oferujemy?



- Nauka podstaw gry w golfa połączoną z rozwojem najważniejszych cech motorycznych dziecka w czasie najważniejszej fazy jego rozwoju.
- Poprzez grę w golfa, ćwiczenia koordynacyjno - motoryczne i elementy innych sportów (baseball, football amerykański, tenis, koszykówka), dziecko kształtuje bardzo ważne cechy dla prawidłowego rozwoju ciała i umysłu i uczy się gry w golfa.
- Gra w golfa odbywa się za pomocą specjalnego sprzętu dostosowanego do dzieci, więc zabawa jest całkowicie bezpieczna.
- Dziecko po zajęciach zna podstawy gry w golfa, jest sprawniejsze i pewniej funkcjonuje w grupie rówieśników.



Przykładowy program zajęć.

10' – aktywna rozgrzewka.

20' – budowa koordynacji aparatu ruchu.

35' – nauka gry w golfa poprzez zabawy i rywalizacje.

45' – budowa sprawności z wykorzystaniem elementów futbolu amerykańskiego.

50' – przerwa.

60' – budowa koordynacji ręka- oka z wykorzystaniem elementów baseballu.

80' – nauka gry w golfa poprzez zabawy i współzawodnictwo.

90' – gry i zabawy zespołowe.



Rejestracja i pytania:

PGA Instructor/Ekberg Golf Academy – Piotr Ragankiewicz tel. 605 994 878

Monika Kołowrotna, tel. 609 046 803, e-mail. info@golfparkspoland.pl

