

Träningsplanering Säsongsträning – Veronica

Vecka

19	Svingträning
20	Driver
21	Wedgar 30/50/70 m
22	Pitch
23	Lutningar
24	Svingträning
25	Puttning
26	Sikte, rutiner, spelstrategi,
27	Chip
28	Bunkerslag
31	Närspel, landningsområden, klubbförståelse
32	Slag från ruff
33	Driver / Fairway woods
34	Puttning
35	Svingträning

Träningsplanering Säsongsträning – Niklas

Vecka

19	Svingträning
20	Driver
21	Wedgar 30/50/70 m
22	Lutningar
23	Pitch
24	Puttning
25	Svingträning
26	Sikte, rutiner, spelstrategi
27	Bunkerslag
28	Chip
31	Slag från ruff
32	Närspel, landningsområden, klubbförståelse
33	Puttning
34	Driver / Fairway woods
35	Svingträning

Vecka 29 och 30 ingen träning