



Utveckla ditt golfspel!

Lektioner,
Gruppträningar,
Nybörjarkurser,
Fortsättningskurser,
Custom Fitting

750 kvm
med Driving range,
Putt & Chip,
Golf simulatorer

● Följ oss på sociala medier ●
@Marks_gk
● @teebox_golf_ab ●

Kurser & lektioner vintersäsongen 2022/2023

Kurser	Målgrupp	Innehåll	När	Pris
Fördjupnings-utbildning: Ta ditt spel till nästa nivå!	Alla golfare/medlemmar	Under 12 tillfällen (12 h) får du tillsammans med Kenneth (Pro) och Ulrika (Postural tränare & andningsinstruktör) möjlighet att utveckla din golf. Förutom den golftekniska biten får du med dig kunskaper om hur rörlighet/styrka, kost och andning kan påverka din golfprestation.	Tre grupper (max 7/grupp): <ul style="list-style-type: none"> Måndagar 17.00-18.00, Mixat - Kenneth & Ulrika Tisdagar 14.00-15.00, Mixat - Kenneth & Ulrika Torsdagar 18.00-19.00, Endast tjejer – Ulrika Period V46-V8 (ej V51-V1)	1495 kr
Fortsättningskurs för "nygolfare"	Alla nygolfare/medlemmar	För dig som gått nybörjarkursen "Grönt kort" och vill ta nästa steg i din golf. Under 4 tillfällen repeterar vi allt från GUBBS (Grepp, Uppställning, Balans, Bollpunkt, Sikte) till putt, chip- och svingteknik.	1 grupp (max 7/grupp): <ul style="list-style-type: none"> Tisdagar 17.30-18.30 Period V10-V13	595 kr
Grönt kort-kurs: Startklar till säsongen 2023	För dig som är helt ny eller har provat på lite grand	Här får du de teoretiska- och praktiska kunskaperna som gör dig redo att spela på banan och genomföra ditt spelprov när säsongen väl drar i gång.	Två grupper (max 7/grupp): <ul style="list-style-type: none"> Måndagar respektive onsdagar 17.00-18.00, 18.00-19.00 Period: V9-V13	1795 kr (800 kr i rabatt om du tecknar medlemskap)

Anmäl dig till kurserna till info@marksgk.se eller telefon 0320-14220

Lektioner, grupplektioner, custom fitting	Längd	Pris	Bokning
Privatlektion "analoga området"	25 min	350 kr	Sweetspot
Privatlektion med simulatorstöd	50 min	795 kr	shop@marksgk.se
Grupplektioner - Här får du tips som kan hjälpa dig utveckla din golf. Vi erbjuder olika teman (teori & praktik) för alla kategorier golfare under vintersäsongen. Max 7 platser.	60 min	150 kr	Sweetspot
Custom fitting – få hjälp med att prova ut en individanpassad utrustning som gör dig redo inför säsongen 2023	50 min	795 kr (0 kr om du köper utrustningen)	shop@marksgk.se

Det är på vintern du har tid att träna!