

## Träna Närspel

Vi har fått en idé av Raimo Sjöberg, klubbens PRO, som handlar om att träna och utveckla vårt närspel. I grunden är den anpassad för juniorer och klubbens elitspelare. Vi har från det grundunderlaget anpassat denna träning för oss (Senior/Opal).

**Träna Närspel.** Denna **träning** är öppen för alla som har hcp +8,0 till 54 och som vill utveckla den egna golfen och som vill träna på egen hand (notera att det inte krävs någon markör) eller träna med nya och gamla vänner. Alla är tillräckligt bra för att vara med, men vi behöver alla utveckla vårt eget närspel.

Det blir en av årets utmaningar som utvecklar ditt närspel där du utmanar dig själv och, om du själv vill, även med nya och gamla vänner och kompisar **till att bli bättre i ditt närspel.**

**Träna Närspel** – du tränar mellan den 18 april och 28 juli. Alla som utvecklar sin golf, minst upp till nivå 7 (nivåerna kan du läsa om längre ner), får vara med i årets finalspel. Årets finalspel avgörs söndagen den 30 juli med första start/boll kl. 13:00. Hur den tävlingen avgörs, det får du veta då. Vem som vinner finalen i årets "Träna Närspel" – det får vi se...

### Reglerna är enkla:

De som "utvecklar sin golf", minst till nivå 7, fram till den 28 juli kvalar in till finalen. Du får då vara med i finalen, om du vill och har möjlighet.

**Anmälan:** Anmälan görs innan ni går ut på ert första varv via receptionen. Du skriver då också upp dig med ditt namn på resultattavlan.

**Startavgift:** 20 kr i startavgift för hela säsongen. Startavgifterna går till prisbordet vid avslutningen, den 30/7. Du betalar din startavgift till kansliet.

### Tillfällen att träna och kvalificera sig till avslutningen:

# Så många gånger du själv vill och kan. **MEN notera att du inte ska kombinera denna träning med vanligt spel på banan OM det finns andra spelare ute – efter dig/er.**



## **Nivåerna är följande:**

Nivå 1/36 slag, 25 meter. Vi börjar alla på nivå 1 på Södra banan. Du väljer själv var du ska slå ifrån – men i höjd med den markeringen. När du klarat denna nivå går du till nivå 2 - osv.

Nivå 2/36 slag, 50 meter. Du börjar på nivå 2 när du klarat nivå 1. Kravet är här att klara 9 hål på max 36 slag från Blå 50 meters platta finns på fasisrway.

Nivå 3/45 slag, 100 meter (eller ordinarie tee). Du börjar på nivå 3 när du klarat nivå 2. Röd 100 meters platta finns på fairway.

Nivå 4/32 slag, 25 meter. Du börjar på nivå 4 när du klarat nivå 3.

Nivå 5/32 slag, 50 meter. Du börjar på nivå 5 när du klarat nivå 4.

Nivå 6/40 slag, 100 meter (eller ordinarie tee). Du börjar på nivå 6 när du klarat nivå 5.

Nivå 7/50 slag, 150 meter (eller ordinarie tee). Du börjar på nivå 7 när du klarat nivå 6.

Nivå 8/56 slag, från din ordinarie tee (Gul eller Röd). Du börjar på nivå 8 när du klarat nivå 7.

Nivå 9/49 slag, från din ordinarie tee (Gul eller Röd). Du börjar på nivå 9 när du klarat nivå 8.

Har du några frågor kring denna träning, hör av dig till Lars Åslund.

**Välkommen – önskar Seniorkommittén**