

Rassemblement U12 du 5 février 2017 au Golf du Fort

Programme : découverte d'un studio technique et application pratique

Accueilli par le fondateur du golf Mr Pierre Lestrat et Lucas Bensoussan, moniteur et opérateur du Système d'Analyse du Swing, les jeunes U12 sélectionnés ont eu l'opportunité d'être sensibilisés aux techniques utilisés par les meilleurs et maintenant à la portée de tous.

La matinée a été très instructive :

L'utilisation combiné de caméra haute vitesse, d'un analyseur de vol Flightscope et d'un tapis de pression BodyTrak a permis aux jeunes d'être sensibilisés aux outils qui les feront progresser ; chacun a vu et ressenti l'influence du mouvement sur les appuis et la trajectoire de la balle ; un rapide bilan leur a été fait individuellement.

Un exercice au wedging a été d'annoncer la distance à réaliser avant de la contrôler avec le radar, puis après un autre essai de pouvoir dire quelle distance avait été obtenu avant de constater le chiffre sur l'écran.

L'après-midi a été consacrée à l'application pratique :

Au practice chaque joueur a varié ses appuis en rapport avec le club utilisé en particulier sur la frappe remontante au driving .

La journée s'est ensuite prolongée par une compétition en greensome sur le parcours compact.

Merci au golf du Fort de son accueil et aux parents qui ont répondu présent à ce rendez-vous des plus enrichissant pour tous.

Olivier Sabourin

Entraîneur de Ligue Zone Est