



ffgolf[®]
Ligue Grand Est

GROUPE U12
Territoire Alsace

2017 – 2018

Coach : Olivier Sabourin

- Dimanche 11 mars, golf d'Ammerschwirr
- **Sélection et conclusion de l'intersaison**

- 9h30 :
- Explication de la « pyramide » de la sélection :
Territoire-Alsace, régionale-Grand Est et nationale-France.
- choix des joueurs, âge et index.
- les moyens techniques validant la performance.
- Chacun des joueurs s'est expliqué sur son objectif de
saison et les compétitions qu'il voulait faire.
- il est précisé qu'une « invitation » pourrait récompenser
une progression annuelle remarquable.
- 10h :
-chaque joueur apprend à concevoir et écrire sa séance
d'entraînement par écrit.
- 10h30 : concours de chipping, putting, wedging et driving :

-Circuit putting : le plus de Par.
-approche : le plus de chip-putt.
-wedging : le plus de balles sur le green.
-driving : le plus droit possible.
- 12h : Déjeuner au restaurant du golf.
-13h : greensome stroke-play 9 trous.
-16H30 : greensome match-play compact 9 trous.
-17h30 : débriefing, résultats et fin du regroupement.

Concevoir une séquence :

NOM	1	2	3	4	5	6
MATIERE Echiquerie	Club	technique	point d'attention	nombre de balle	concours	temps
DRIVING						
PITCHING	F8	Trajectoire	Vain en abaisse de trajectoire de la balle	20 balles / 10 balles	3 balles droite, 3 balles Fade 3 balles droite	15 min → Extension ? min → Total
CHIPPING						
PUTTING						

S'évaluer :

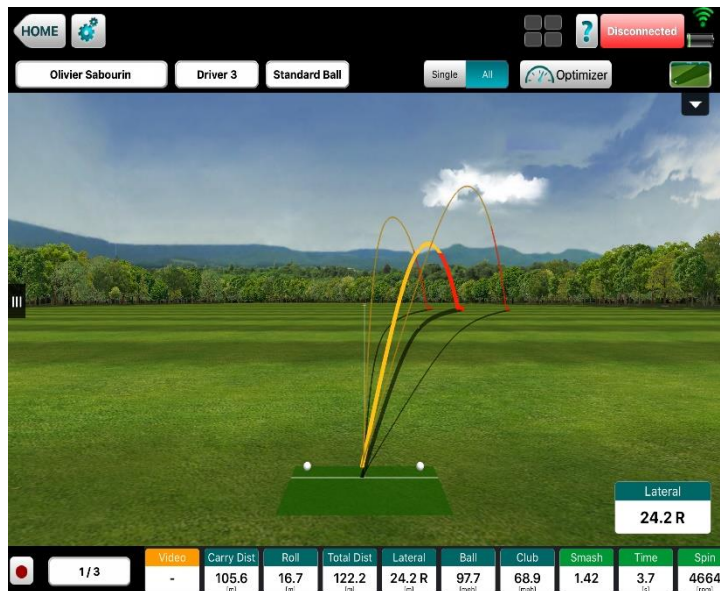
nom			distance		total	max
putting	putt court	8 fois	1 club	1 putt = 1 point		8
	putt long	4 fois	9 pas	2 putt = 1 point		4
	circuit putting	9 trous		par = 1 point		9
chipping	balle haute	4 fois	12 pas	approche putt = 2 points approche 2 putt = 1 point approche 3 putt = 0		8
	balle roulée	4 fois	12 pas	approche putt = 2 point approche 2 putt = 1 point approche 3 putt = 0		8
wedging	Fer 9	3 fois		sur le green = 1 point		6
	wedge	3 fois		1 mètre du drapeau = 2 points		6
driving		4 balles		dans la largeur de 20 m = 1 point		4

	53
--	----



Se mesurer :

driving mesuré au FlightScope			
	carry	dispersion en mètres	largeur 15m = 1 point
tibo	120	7%	3
hugo	95	8%	3
robin	115	9%	3
matthéo	115	10%	3
théodore	171	9%	2
justin	140	11%	2
victor	130	15%	2
Carlène	105	22%	1



Dispersion forte



Dispersion faible

Performer en greensome :

9 trous stroke-play

- Justin/Carlène	39
- Robin/Matthéo	40
- Victor/Tibo	47
- Théodore/Hugo	47

9 trous compact-match-play, nombre de trous gagnés.

- Tibo/Hugo	4
- Carlène/Robin	2
- Matthéo/Théodore	2
- Justin/Victor	1



De gauche à droite : Olivier, Justin, Robin, Théodore, Victor, Matthéo, Hugo, Tibo, Carlène.

Bravo à tous pour votre engagement et bonne saison 2018 !



Merci à l'équipe du Golf d'Ammerschwihr pour sa grande disponibilité
et son chaleureux accueil !