



Golfhallen den 29 januari 2019.

Dagens gäster var vår idrottschef Fredrik Eliasson och vår golfpro Anna Dahlberg-Söderström.

Dagens ämne:

Hur kan vi göra vinterträningen enkel och rolig inomhus, med små medel och lite fantasi.

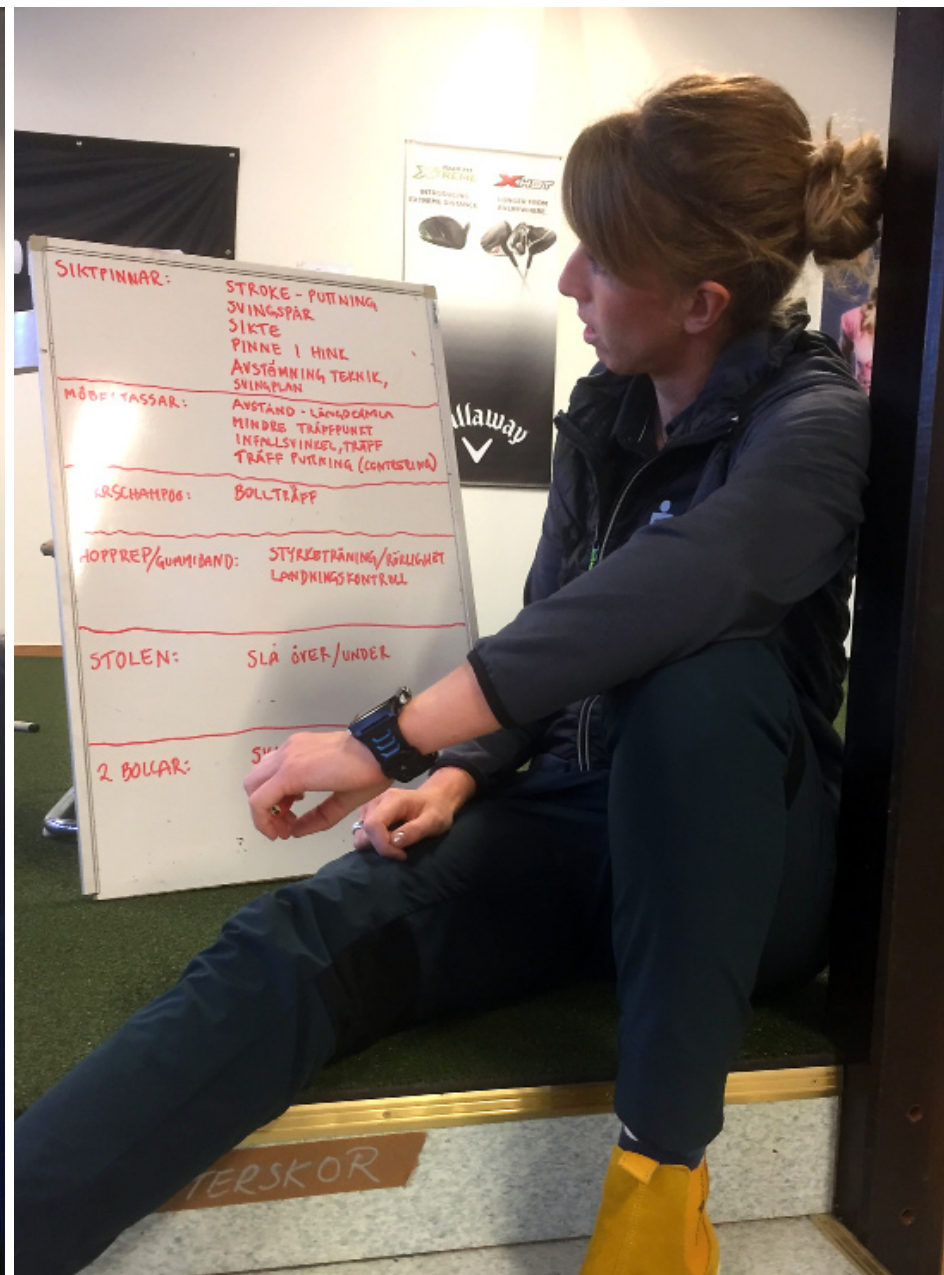
Exempel:

Siktpinnar, gummiband, bollar, möbeltassar torrschampo, stolar, teip, hopprep mm.

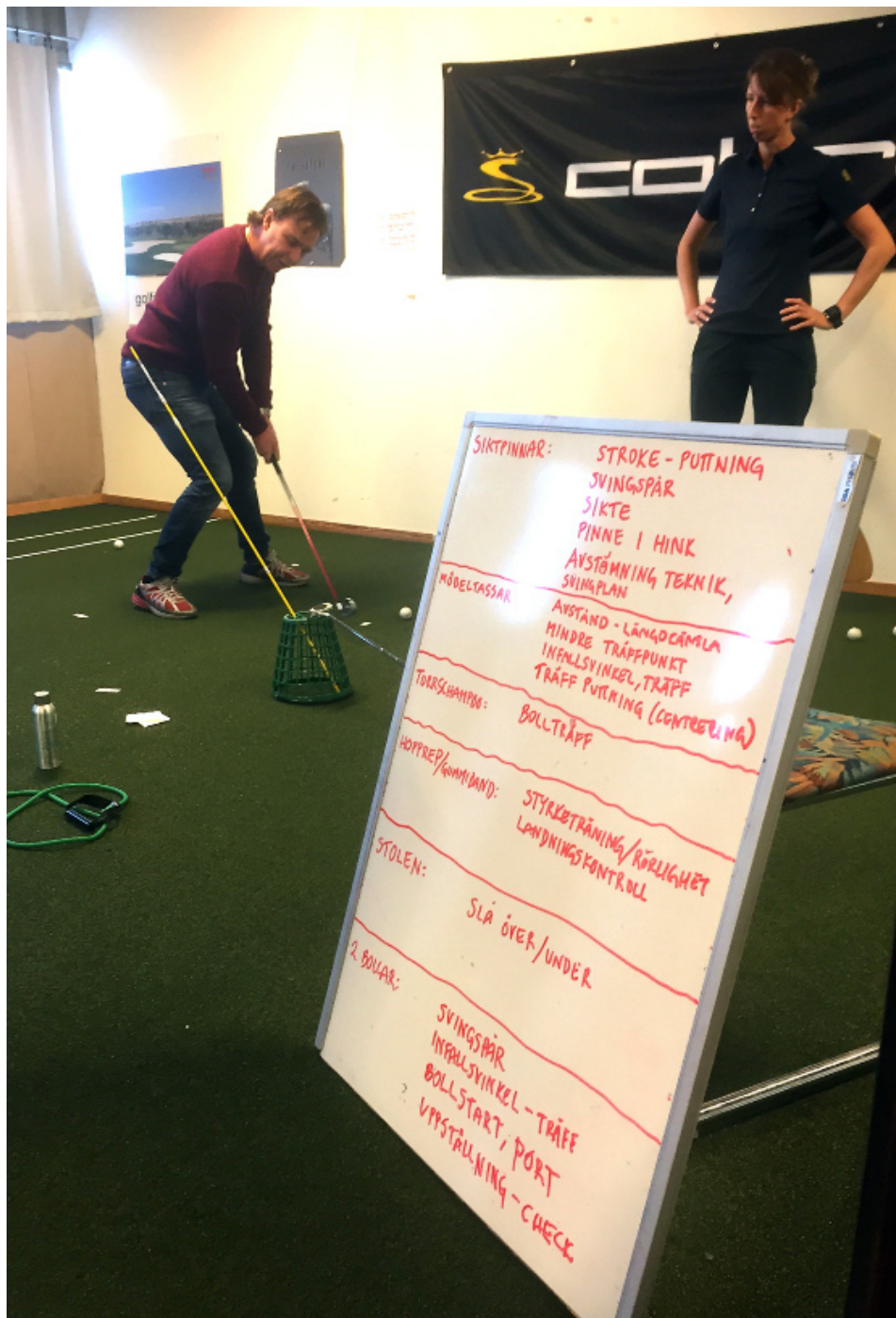
Bilder och texter. Bo Dahlgren Karlstad Golfklubb.



Med hjälp av siktpinnar och en tom bollhink, visar Fredrik hur man kommer in med klubban rätt mot bollen.



Anna fyller på tavlan med seniorernas olika tips, som kommer till nytta för vår inomhusträning.









Här har Anna placerat två möbeltassar på puttern, som hjälp för bra bollträff och bättre siktning.



När du slår i utförläge, måste du välja en mer vinklad klubba, för att få upp bollen i luften.



Med många tips
om olika träningsmoment,
så fyllde Anna och Fredrik
hela tavlan
med viktiga budord för en nyttig
inomhusträning.

Stort tack
till Anna och Fredrik,
som också gästade våra damseniorer
på måndagen den 28/1.