



**Golf Club Ambrosiano**  
**club dei giovani 2019**

## corso **Agonistica Maschile**

Il corso su base annuale , è tenuto dai maestri **Roberto Recchione e Antonello Bovari**. Si svolge con frequenza di un giorno la settimana per due ore di lezione, lasciando liberi sabato e domenica per la partecipazione alle gare.

### Il corso prevede:

- 2 ore di lezione nelle giornata di Mercoledì
- preparazione programma calendario gare di ogni singolo atleta, scheda tecnica mensile e **statistiche direttamente aggiornate con il maestro via online.**
- lezioni con utilizzo del Trackman e Capto
- divisa sociale
- palline di pratica incluse durante le lezioni
- nr.100 gettoni palline di pratica (n.20 per 5 volte)
- preparazione atletica
- **n.2 incontri con i maestri, nel mese di maggio e giugno (da definire) della durata di 2 ore per analizzare statistiche e programma atleta.**

**costo: € 400**

**durata:** dal 09/01 al 20/11 - **Totale ore di lezione:40**

**ora solare e legale:** 15.00 – 17.00 lezione  
17.15 - 18.15 preparazione atletica

### calendario

09-01	16-01	23-01	30-01
20-02	27-02		
13-03	27-03		
03-04	17-04		
<b>14-06 COPPA MAESTRO BOB</b>			
18-09	25-09		
02-10	09-10	16-10	23-10
06-11	13-11	20-11	27-11

Le date possono subire variazioni, ma le ore saranno comunque recuperate.

**divisa sociale**

Gli iscritti alla squadra agonistica dovranno indossare sempre la divisa sociale in tutte le gare del calendario agonistico regionale e nazionale, premiazioni comprese.

**rimborsi spese trasferte**

Il rimborso spese è previsto per il Campionato Nazionale Under 18 a squadre MASCHILE-FEMMINILE – Trofeo Emilio Pallavicino e per il Campionato Nazionale a Squadre under 14.

Il rimborso comprende: spese di viaggio, vitto e alloggio, qualora si tenga in altre regioni, iscrizione alla gara, buvette, gettoni di pratica e assistenza di un maestro.

**certificato medico**

**Obbligatorio quello specifico per l'attività agonistica. Vi preghiamo tenere sempre controllata la data di scadenza.**