


DESCRIPTION DU STAGE

Grand Jeu

Enseignant diplômé d'État



Ancien joueur professionnel (2016-2022) : Alps Tour - Pro Golf Tour - Challenge Tour
Entraîneur depuis 2021 (titulaire du DEjeps mention golf)

Louis CAPON
 06 59 18 22 43

Thème du stage : Grand jeu

JOUR 1

- Driving : gagner en distance, en vitesse et en régularité sur les mises en jeu
- Fers : améliorer le contact, la compression et le contrôle des trajectoires
- Analyse technique avec outils : Rapsodo + Smart2Move pour mieux comprendre le swing, les appuis et le transfert d'énergie

JOUR 2

- Échauffement structuré : construire une routine efficace avant de jouer
- Parcours accompagné 9 trous : choix de clubs, stratégie, trajectoires et gestion des coups sous pression
- Débriefing personnalisé : points clés à conserver pour progresser après le stage

Objectifs du stage

- Gagner en distance et en régularité au grand jeu en améliorant ses trajectoires
- Mieux comprendre son swing grâce aux données techniques
- Optimiser son échauffement et sa stratégie de parcours
- Progresser dans une ambiance conviviale et sportive

Informations sur les séances

- **Date** : A définir
- **Horaires** : 3h/jour sur 2 jours
- **Tarif** : 150€ par personne



Consultez nos réseaux sur

