

## 1. Trainingsaufbau



### Information:

Die Jugendlichen werden in Ihrer Entwicklung entsprechend durch abgestimmte Inhalte im Training gezielt gefördert. Eine regelmäßige Teilnahme am Training sowie zusätzliches eigenständiges Training ist Grundvoraussetzung für entsprechenden Fortschritt. Golf ist eine sehr anspruchsvolle Sportart für alle Altersklassen. Bitte geben Sie dem Jugendlichen Zeit, in dieser wunderschönen Sportart hineinzuwachsen. Je besser die Basisausbildung ist, desto einfacher und schneller wird die mittel- und langfristige Entwicklung zu einem guten Golfspieler verlaufen.

## 2. Trainingsbeschreibung



Platzreife Gruppe	Beschreibung	Trainingsinhalt
Juniortraining	Grundlagen	Golfspezifische Motorik & Golftechnik <b>45%</b> , Mobilität & Stabilität <b>30%</b> , Geschwindigkeit <b>25%</b>
Jugendtraining	Lerne zu spielen	Golfspezifische Motorik & Golftechnik <b>60%</b> , Mobilität & Stabilität <b>20%</b> , Geschwindigkeit <b>20%</b>
Mannschaftstraining	Trainiere zu spielen	Schlagvariation & variable Verfügbarkeit <b>45%</b> Geschwindigkeit <b>20%</b> Ausdauer <b>20%</b> Mobilität & Stabilität <b>15%</b> Mannschaftsturniere und Leistungsgedanke

### 3. Trainingsgruppen



	Montag	Mittwoch	Sonntag
12:00-13:00			Juniortraining
13:00-14:00			Jugendtraining
16:30-17:30		Juniortraining	
17:30-18:30		Jugendtraining	
17:00-19:30	Mannschaftstraining	Mannschaftstraining	

#### Information:

- Das Training ist aufgeteilt in Junior-& Jugendtraining sowie Mannschaftstraining.
- Die Einteilung der Gruppen erfolgt über den jeweiligen Trainer. Die Gruppengröße dürfen max. 6 Kinder/Jugendliche nicht überschreiten.
- Selbstverständliche achtet das Trainerteam auf die individuelle Entwicklung jedes Jugendlichen und passt die Trainingsgruppe ggf. an.

## 4 . Jugendturnier – Information

Von April bis Oktober werden in jedem Jahr regelmäßig Jugendturniere im

Golfclub Grömitz ausgetragen. Alle regulären Jugendturniere werden als 9- und 18-Loch Turniere sowie als 9-Loch Junior – Turnier ausgeschrieben.



	<b>Junior Turnier</b>	<b>Kurzplatz Turnier</b>	<b>9 Loch Turnier</b>	<b>18 Loch Turnier</b>
<b>Startberechtigt</b>	Junior-Platzreife	Platzreife	HCP 54-36,1	Ab HCP 36
<b>Abschläge</b>	Junior-Abschläge	Junior-Abschläge	Gelb und Rot	Gelb und Rot
<b>Vorgabewirksam</b>	nein	ja	ja	Ja
<b>Lochzahl</b>	9 Loch	9 und 18 Loch	9 Loch	18 Loch
<b>Sonstiges</b>	Flight-Caddies erforderlich	Flight-Caddies erwünscht	Flight-Caddies erwünscht	---

### Junior Turnier

Das Junior – Turnier bietet den Jugendlichen die Möglichkeit in entspannter Atmosphäre erste Erfahrungen im Golfturnier zu sammeln und mit den Turnierabläufen vertraut zu werden. Um diese Turnierform anbieten zu können, sind wir auf Ihre Unterstützung als Flight-Caddie angewiesen.

### Kurzplatz Turnier

Das Kurzplatz Turnier bietet Jugendlichen die Möglichkeit, eine vorgamewirksame 9- oder 18 Loch Runde von offiziell verkürzten Abschlägen des DGV zu spielen.

### Flight Caddie

Als Flight Caddie begleiten Sie den Jugendflight über 9 oder 18 Loch und achten dabei auf die Etikette, die Sicherheit und helfen beim Notieren des Scores. Bitte tragen Sie sich, wenn es Ihnen möglich ist, bei Anmeldung Ihres Juniors direkt als Flight-Caddie mit in die Meldeliste ein.

### 9 Loch Turnier

Dieses Turnier richtet sich an alle Jugendlichen, die bereits ein Handicap besitzen und diesen verbessern möchten. Es wird ein normales 9 Loch Turnier nach den offiziellen Golfregeln gespielt. Die Beteiligung durch freiwillige Flightcaddies ist erwünscht, da einige der Teilnehmer nur über geringe Turnierfahrung verfügen.

### 18 Loch Turnier

Alle Jugendlichen mit einem Handicap von 36,0 oder besser machen sich über 18 Loch auf die Jagd nach den begehrten Brutto- Nettopunkten. Das Turnier ist vorgabewirksam. Jugendliche mit einem Handicap über 36,0 können, wenn sie es sich zutrauen und es ausprobieren möchten, nach vorheriger Absprache mit dem Trainer oder Jugendwart auch an dem 18 Loch Turnier teilnehmen.



## 5. Juniorabschläge

Die Junior Abschläge sollen Juniors die Möglichkeit geben so schnell wie möglich auf den Golfplatz zu kommen. Golfplätze sind nicht für die Schlagweiten des Juniors gebaut. Es ist sehr deprimierend für Juniors, wenn der Ball an einem Par 4 mit 320 Metern erst nach sechs großartigen Schlägen in der Nähe des Grüns liegt, während die Eltern mit nur drei Schlägen auf dem Grün sind. Zudem ist es für alle Beteiligten schwierig den notwendigen Spielfluss aufrecht zu erhalten und eine schöne, stressfreie Familien-Golfrunde zu spielen. Die Längen der Löcher sind so gewählt, dass des Juniors möglichst häufig die Chance haben, das Grün in Regulation zu treffen. Das bedeutet mit zwei Schlägen unter Par auf dem Grün zu liegen, um noch zwei Putts zum Par zu haben.

### Welche Vorteile bieten den Junior (Grünen)-Abschläge?

- Die Junioren wachsen in das Spiel hinein.
- Früher einstig auf dem Golfplatz – die Juniors stehen nicht nur auf der Range.
- Höhere Motivation
- Erfolge und Fortschritte sind schneller sichtbar.
- Die spielerische Entwicklung des Juniors wird optimal gefördert.
- Es können niedrige Scores erzielt werden.
- Spieler lernen früh Ihre Scores „zusammen zu halten“.
- Das Spieltempo wird durch die verkürzten Bahnen deutlich erhöht.

### Ab wann darf mein Junior von den Junior-Abschlägen spielen?

Juniors dürfen, in Begleitung ihrer Eltern, die ein HCP von min 36 haben auf den Platz, wenn sie den Spielfluss nicht unterbrechen.



## Welche Regeln müssen bei Spielern von dem Junior Abschlag beachtet werden?

- Abgeschlagen wird auf Höhe der Junior Abschlagsmarkierung. Die Abschlagsfläche ist rechts und links der Markierung zwei Schlägerlängen breit.
- Die Junioren dürfen alle langen Schläge von einem kurzen Tee spielen. Je besser Ihr Junior wird, desto geringer sollte die Teehöhe sein. Ziel ist es mit der Zeit nur noch den Abschlag vom Tee zu machen und alle anderen Schläge regulär ohne Tee zu spielen.
- Sobald „Doppel-Par“ als Schlagzahl überschritten wird, muss der Ball aufgenommen werden. Das Spiel wird am entsprechenden Junior Abschlag des nächsten Lochs wieder aufgenommen. Somit vermeiden Sie Verzögerungen und Ärger mit nachspielenden Flights.
- In der Hosentasche des Juniors soll immer ein Tee, ein Ballmarker, ein Bleistift und ein Ersatzball sein, um zügiges Spieltempo zu gewährleisten.
- Die Einhaltung der Etikette und der Platzregeln des GCG ist verbindlich!
- Das Ausfüllen der Scorekarte sollte bei jedem Spiel trainiert werden.

## Weitere Tipps für die Benutzung der Junior-Tees:

- Die erste Runde mit einem Junior auf dem Platz können sie auch mit dem Golfcart absolvieren. So lernt er den Platz kennen und kann schon etwas besser einschätzen, was ihn in Zukunft beim Laufen erwartet.
- Sollten Sie feststellen, dass ihr Junior noch Schwierigkeiten hat, das nötige Spieltempo einzuhalten, wenn er selbst einen Trolley zieht, packen sie seine Schläge einfach in ihr Golfbag.
- Es ist völlig in Ordnung, wenn ihr Junior zunächst alle langen Schläge von einem kleinen Tee macht. Mit zunehmender Spielstärke sollte das Tee immer seltener zum Einsatz kommen.
- Steigern sie die Anzahl der gespielten Bahnen langsam. Es müssen nicht sofort 18 Loch sein. Regelmäßig 9 Loch zu spielen ist effektiver als einmal im Monat 18 Loch.
- Wenn Sie mit ihrem Junior auf dem Platz spielen, sind Sie ein großes Vorbild. Achten Sie daher bitte stets auf die Einhaltung der Regeln und der Etikette.



Um die Junior Abschlüsse des Golfclub Grömitz e.V. nutzen zu können, muss Ihr Junior die „Junior Platzreife“ ablegen. Diese spezielle Platzreife ist der optimale Einstieg in den Golfsport und sie können als Familie stressfreie Golfkunden erleben, mit viel Spaß und Freude für alle beteiligten. Unser Ziel ist es, den Weg zur Junior Platzreife möglichst unkompliziert zu gestalten.

Im Folgenden finden Sie daher alle Informationen in einer kurzen Zusammenfassung:

### Kriterien für die Junior-Platzreife:

- Ausreichende durchschnittliche Schlaglängen (durch den Trainer bestätigt)
  - 60 Meter
- bestandener Junior Regeltest
- regelmäßiger Besuch des Jugendtrainings - auch nach bestandener Platzreife

### Fahrplan zur Junior Platzreife:

1. Junior-Platzreife Scorekarte  
Sobald sie ihren Junior im Sekretariat zu der Junior Platzreife anmelden, erhalten Sie die Platzreife Scorekarte.
2. Nachweis der geforderten durchschnittlichen Schlaglänge durch den Trainer unser Trainer-team bestätigt ihrem Junior die Schlaglänge auf der Platzreife Scorecard sobald diese durchschnittlich erreicht ist.

Die Junior Platzreife ist eine klubinterne Vorstufe zu HCI 54 und somit kein offizieller Handicapindex!

### Was ist der Unterschied zwischen der Junior Platzreife und der DGV platzreife?

Die Junior Platzreife des Golfclubs Grömitz ist eine klubinterne Regelung und somit noch kein offizieller Handicapindex, der zum Spielen auf anderen Plätzen berechtigt!



Sobald ihr Junior regelmäßig tolle Ergebnisse von den Junior -Tees spielt und mit der Schlaglänge keine Probleme hat, ist es sinnvoll über den Erwerb des ersten offiziellen Handicapindex nachzudenken.

Der Golfclub Grömitz bietet mit seiner Trainer -Team die Abnahme der offiziellen Platzreife des Deutschen Golf Verbandes an. Mit dem bestehenden offiziellen DGV-Platzreife erhält ihr Junior die Platzreife und hat damit die Erlaubnis auf den Platz zu spielen. Somit ist die Teilnahme an Vorgabewirksamen Wettspielen möglich, um den ersten Handicapindexeintrag zu erlangen, musst du in einer vorgabewirksam 18 Loch runde 36 Stableford-Nettopunkte oder 18 Stableford-Nettopunkte über 9 Löcher erspielt werden.

## Aus welchen Elementen besteht die offizielle DGV-Platzreife?

Die DGV-Platzreife besteht aus 3 Teilen. Die Reihenfolge, in der die einzelnen Teile abgelegt werden ist frei wählbar.

### 1. Theorie

Es müssen innerhalb 30 Minuten 30 Multiple-Choice Fragen beantwortet werden. Zum Bestehen dürfen maximal 4 Fehler innerhalb der Regelfragen und maximal 2 Fehler innerhalb der Etikettefragen gemacht werden.

### 2. Praxis

Es werden 9 Loch mit dem Golfpro gespielt. Die besten 6 Löcher werden gewertet. Auf diesen 6 Löchern müssen mindestens 12 Netto-Punkte erspielt werden. Die Junioren schlagen dabei von den grünen Abschlägen ab.

### 3. Demonstrations-Loch

Während der Vorbereitung auf die Platzreife erklärt und demonstriert der Golfprofi einer Bahn anhand spezieller Themenkarten das richtige Verhalten auf dem Golfplatz. An diesem Bestandteil der DGV -Platzreife muss man nur teilnehmen und keine Prüfung absolvieren.

Die Theorieprüfung der DGV - Platzreife ist jedoch deutlich anspruchsvoller als der Golf -Regeltest der Junior - Platzreife. Die Fragen sind beispielsweise komplexer gestellt und gehen mehr ins Detail. Die Prüfungsfragen können Sie im Internet unter [www.golf.de/DGV/Platzreife](http://www.golf.de/DGV/Platzreife) einsehen und mit Ihrem Junior gemeinsam üben. Außerdem finden Sie dort einen Link zum Download einer sehr guten Prüfungsvorbereitungs -App. Bei Fragen zu den Themen Junior Platzreife, Junior Abschläge und der offiziellen DGV - Platzreife steht ihnen unser Team jederzeit gerne zur Verfügung.



## Wie kann ich meinen Junior optimal in seiner golferischen Entwicklung unterstützen?

Mit unserem Junior Golf Programm möchten wir Ihre Juniors, für den Golfsport begeistern, sie optimal in ihrer Entwicklung fördern und fordern um eine möglichst lebenslange Liebe zu diesen wunderschönen Sport zu entfachen. Sie können einige Dinge tun, um dies zu unterstützen:

- **Passendes Equipment**

Golf ist eine sehr anspruchsvolle Sportart für jede Altersgruppe. Mit dem falschen Equipment wird es fast unmöglich Freude an dem Sport zu entwickeln. Häufig sind Golfschläger für Juniors zu lang, zu schwer und viel zu steif im Schaft.

### Unpassende Schläger führen unter anderem zu:

- Schwungfehlern
- Misserfolg
- Verletzungen und Überlastungsschäden

Bitte sprechen Sie mit unseren Professionals. Sie helfen Ihnen gerne die optimalen Schläger für Ihren Junior zu finden. Eine der aktuell besten Firmen für Junior Golfschläger ist „US Kids Golf“ mit der „Ultra light Serie“. Diese Firma hat sich rein auf die Entwicklung von Junior Golfschlägern spezialisiert. Selbstverständlich können die Schläger von US Kids Golf und anderen namenhaften Herstellern in allen Größen in Absprache mit dem Trainer bestellt werden.

### Regelmäßige Teilnahme am Jugendtraining

Das Jugendtrainingsprogramm des Golfclub Grömitz ist sehr strukturiert aufgebaut. Ihr Junior kann sich optimal entwickeln, wenn er möglichst an jedem Training teilnimmt. Die Freude am Golfsport wird mit zunehmenden Erfolgserlebnissen steigen. Die regelmäßige Trainingsteilnahme erleichtert es Ihren Junior auf neue Golffreunde zu finden.

Motivieren sie Freunde Ihren Junior zum Training zu begleiten

nach vorheriger Anmeldung im Sekretariat und Unterschriebener Einverständniserklärung der Eltern darf ihr Junior einen Freund kostenlos und unverbindlich zum Jugendtraining mitbringen. Gemeinsam mit den besten Freunden in den Golfsport hineinzuwachsen ist deutlich schöner als alleine.

Zusätzliches Training auf dem Golfplatz

Übung macht den Meister. Je mehr Zeit ihr Junior auf der Golfanlage verbringt, desto besser. Wenn sie es schaffen, die 60 Minuten wöchentliches Jugendtraining durch zusätzliches, eigenes Training beispielsweise 9 Loch von den grünen Abschlügen zu ergänzen, kommt ihr Junior viel schneller voran und ist stärker motiviert.



Angebote des Golf Clubs nutzen

Nutzen sie das umfassende Junior Angebot des Golfclub Grömitz.

Jugendtraining,

Jugendraum,

Junior Platzreife,

Juniorabschläge,

Jugendturniere,

Ferienprogramme

die spezielle Junior Speisekarte im Restaurant und vieles mehr.

Um dafür zu sorgen, dass ihr Junior gerne viel Zeit auf dem Golfplatz verbringt.