Klubi-ilta 19.7. klo 17.30

Tavoitteellinen harjoittelu

Oletko miettinyt miten golfsuorituksesi paranisivat?

Oletko miettinyt harjoittelusi laatua? Miten harjoittelusi kehittäisi suorituksiasi vielä paremmin?

Käytätkö yleensäkin aikaa harjoitteluun?

Tule mukaan klubi-iltaan!

Esa neuvoo, miten teet harjoittelustasi tavoitteellista – olet sitten kilpapelaaja, pitkän linjan harrastaja tai vasta-alkaja.

Kun harjoittelu on monipuolista ja mielenkiintoista, syntyy motivaatio harjoitella lisää. Harjoittelun määrän kasvaessa myös taidot kehittyvät. Hyvä harjoitus sisältää tavoitteet ja kriteerit onnistumiselle. Onnistumisen elämykset tukevat pätevyyden tunteen kasvamista.

Tule mukaan!! Esa Lehti opastaa juuri sinua omien tavoitteidesi mukaiseen tavoitteelliseen harjoitteluun!

TAMMER golf *Klubitoimikunta* TAMMER golf