

## DESCRIÇÃO DA ESCOLA DE TRÊS DIAS

### 1º Dia:

- Apresentação ao instrutor e discussão do estado corrente do seu jogo de golfe
- *Check-up* do equipamento de golfe do jogador para certificação de que tem o equipamento mais adequado ao seu *swing*
- Filmagem do *swing* para identificar as fraquezas e os pontos fortes
- Análise de vídeo do *swing*, usando o sistema altamente sofisticado de vídeo e computador V1, que analisa ao pormenor onde se pode melhorar a técnica
- Assim que os erros forem identificados, o instrutor irá trabalhar com o aluno no campo de treino e prescrever exercícios corretivos que ajudarão a desenvolver a sensação correta do movimento
- Avaliação física

### 2º Dia:

- ½ Hora em cada parte do jogo curto (*putting, chipping*)
- Cada parte do jogo curto começa com o Instrutor a fazer uma apresentação detalhada de como efetivamente fazer a pancada
- À medida que as lições progredirem e o seu *swing* melhora, o instrutor filmará outra vez para reiterar o seu progresso, mostrando o “antes” e “depois” no sistema computadorizado V1

### 3º Dia:

- ½ Hora em cada parte do jogo curto (*pitching, bunker play*)
- O instrutor continuará a filmar os melhoramentos e a levar os alunos à sala de vídeo sempre que for necessário
- Madeiras: O instrutor irá pegar nos fundamentos aprendidos com os ferros e aplicá-lo com as suas madeiras de *fairway* e *driver*
- Preparação para jogar no campo que inclui o desenvolvimento de uma rotina antes de bater a bola; visualizações mentais da pancada, estratégia de campo e outras pancadas especiais
- CD/DVD final com um plano personalizado de exercícios e melhoramentos da técnica para o jogador levar para casa