

# Dein Wintertraining für einen starken Abschlag.



## FITNESSTRAINING

mit Personal Trainer Hans-Peter Pauli

Einstiegstests & Analysen zum Start – golfspezifisches Kraft-, Koordinations-, Beweglichkeitstraining – pulsgesteuertes Ausdauertraining – Ernährungsempfehlungen – Abschlussgespräch inkl. weiterführendem Trainingsplan



## GOLFTRAINING

mit Golf Professional Christoph Schreiner

Schwung Techniktraining – Flight Scope Messung – Messung der Schlaglänge – Schläger fitten mit Berücksichtigung der möglichen neuen Körperhaltung

- ✓ 3 Monate Begleitung durch Golf Pro & Personal Trainer inkl. Erfolgskontrolle
- ✓ 3 aufbauende Trainingspläne
- ✓ 3 Monate Mitgliedschaft im Fitnessraum
- ✓ je 4 Einheiten mit Golfpro & Pers. Trainer

€ 699

JETZT LOSLEGEN

### START:

Analyse + 1. Trainingsplan

### HALBZEIT (1,5 Monate):

Optimierung + 2. Trainingsplan

### ABSCHLUSS (3 Monate)

Erfolgskontrolle + 3. Trainingsplan

Jetzt informieren und anmelden!



info@golfresort-kremstal.at



07228/7644-0