

# Indoortraining mit Ian Worsley



Liebe Golf Freunde, Golfschüler und Interessierte!

Auch dieses Jahr biete ich wieder das mittlerweile sehr beliebte Indoor Training an.

Nachfolgend möchte ich Ihnen gerne das Konzept vorstellen, von dem ich überzeugt bin, dass es eine grosse Unterstützung im Training darstellt.

## Einladung – Tag der offenen Türe im Indoor Center der Golf Academy Gams-Werdenberg

Tag            Samstag 05. November 2011    NEU - SIEHE UNTEN !!!!  
Zeit            10.00 bis 15.00 Uhr  
Ort             Tennishalle Grabs

Hier werde ich das Konzept erklären und die Anlage zeigen.  
Natürlich können Sie auch ein paar Probeschwünge machen.

Es würde mich sehr freuen, mit einem Gläschen Sekt und kleinen Häppchen über das Thema Golf zu plaudern.

Liebe Grüsse  
**Ian Worsley**



**Neu 26.11.11**

Head Professional und Leiter Golfacademy Gams-Werdenberg  
Britisch PGA (AA)  
Swiss PGA  
Golfing Machine Autorized Instructor

**[www.golfgams.ch/Golf Academy](http://www.golfgams.ch/GolfAcademy)**

Ian Worsley            +41 79 848 44 67  
E-mail                 ian@GAgams.ch

Golf Academy Gams-Werdenberg  
Ian Worsley  
c/o Golfclub Gams-Werdenberg  
Haagerstrasse, Postfach 113  
CH-9473 Gams

# Indoortraining mit Ian Worsley



Das Indoortraining ist in den letzten Jahren zum festen Bestandteil der Golf Academy Gams geworden und erfreut sich bei meinen Schülern (und auch mir) immer größerer Beliebtheit. Hauptgrund ist sicherlich, dass man sich in dieser Zeit sehr intensiv um die Bewegungen kümmern kann, ohne zu sehr vom eigentlichen Spiel abgelenkt zu werden. Außerdem hilft das Indoortraining wirklich sehr gut dabei, möglichst gut die Saison 2011 abzuschließen und optimal auf die Saison 2012 vorbereitet zu sein.

Natürlich ist das vorrangige Ziel, über den Winter das Niveau zu halten und auszubauen, um nicht in der nächsten Saison wieder zu weit von vorne beginnen zu müssen. Aber insbesondere findet man hier die Zeit und Energie, gezielt an kleineren oder grösseren Problemfeldern im Schwung zu arbeiten. Speziell in den letzten beiden Jahren konnte ich mit einigen meiner Schüler wirklich wesentliche Aspekte im Schwung verbessern, die sich dann erfreulicherweise nachhaltig in ihrer Bewegung (auch heute noch!) wiedergefunden haben.

Ausserdem macht das Arbeiten in der Halle wirklich Spass, vor allem, wenn draussen das mieseste Wetter ist! Dieses Jahr habe ich das Konzept weiter verbessert und ein *Indoor Intensiv Training Programm* erstellt.

Hierzu arbeiten wir mit einer neuen, hochmodernen Analyseanlage, um die Bewegung und den Schwung dreidimensional aufzunehmen, bewerten und verbessern zu können. Zudem können Verbesserungen und Entwicklungen sehr gut über die Zeit erfasst und ausgewertet werden. Die Analyseergebnisse inkl. der Filmaufnahmen können euch sogar per Mail unmittelbar zugestellt werden.

## **Kurzprofil des Indoor Intensiv Training Programms**

- 7**            *Einheiten à 50 Minuten*
- Einheit 1    Identifikation von Elementen in der Bewegung mit dem grössten Verbesserungspotential  
Technik: JC Video 3D  
Detailanalyse: The Golfing Machine Matrix  
Ausarbeitung individuellen Stufenplan
- Einheit 2    Trainingseinheiten entlang des Plans
- Einheit 3-6   Milestone Analysis zur kontinuierlichen Erfolgskontrolle
- Einheit 7    Erfolgskontrolle  
Neuerliche Detailanalyse mit Empfehlungen für die Saison 2012

## ***Kosten total CHF 700.-***

*Termine / Anmeldung:*

*Alle Wochentage ab 01.11.2011 bis Ende März 2012 zwischen 11.00 und 15.00 Uhr, ausser Montag - Buchungen nur über das Natel oder E-mail*

**www.golfgams.ch/Golf Academy**

Ian Worsley            +41 79 848 44 67

E-mail                    ian@GAgams.ch

Golf Academy Gams-Werdenberg

Ian Worsley

c/o Golfclub Gams-Werdenberg

Haagerstrasse, Postfach 113

CH-9473 Gams

# Indoortraining mit Ian Worsley



## **Eckpunkte des Indoor Intensiv Training Programms**

- Nachhaltiger Schwungaufbau
- Identifikation von Bewegungsmustern mit dem größten Verbesserungspotential
- 3D Analyse mit JC Video und The Golfing Machine Matrix
- Individueller Trainingsplan
- Optimale Vorbereitung auf neue Saison
- Alle Schlägertypen möglich
- Alle Schwungformen möglich (Full Swing, Pitch, Chip, Putt)

## **NEU ! Club Fitting (Schlägerauswahl und –anpassung) und Verkauf**

Ich habe mich dazu entschlossen, ab November 2011 für meine Golf Freunde und Schüler ein zielorientiertes Club Fitting anzubieten. Auch dieses ist im Rahmen des Indoor Trainings gut möglich.

Neben einer guten Bewegung und Technik ist es nämlich durchaus wichtig, dass man mit dem richtigen Material spielt. Obwohl man bei mir auch Schläger und ganze Sets wird kaufen können, ist es mir hier vor allem wichtig, dass aus der Vielzahl an Angeboten und Möglichkeiten für den jeweiligen Spieler die optimale Konfiguration zusammengestellt wird.

Bewusst arbeite ich deswegen nicht mit nur ein oder zwei Lieferanten zusammen, sondern mit Umbrail Golf, um so den Zugriff auf möglichst viele Anbieter zu haben.

### **Kosten CHF 120.-**

Dauer ca. 50 Minuten

#### *Termine / Anmeldung:*

*Alle Wochentage ab 01.11.2011 bis Ende März 2012 zwischen 11.00 und 15.00 Uhr,  
ausser Montag - Buchungen nur über das Natel oder E-mail*

**[www.golfgams.ch/Golf Academy](http://www.golfgams.ch/GolfAcademy)**

Ian Worsley +41 79 848 44 67

E-mail [ian@GAgams.ch](mailto:ian@GAgams.ch)

Golf Academy Gams-Werdenberg

Ian Worsley

c/o Golfclub Gams-Werdenberg

Haagerstrasse, Postfach 113

CH-9473 Gams