

# JUNIOR TRÄNING

2022



**BOKSKOGENS  
GOLFKLUBB**



## Vår “nya” JUNIOR VERKSAMHET.

Med en återskapad juniorkommitté, där glädje och gemenskap genomsyrar utvecklingen för det långsiktiga arbetet att varje junior ska kunna nå sin fulla potential oavsett om det innebär att bli en världsspelare eller att vinna Klubbmästerskapet, drar vi igång en ny säsong.

2022 tar vi nytag med en återskapad juniorkommitté där vi som föräldrar engagerar oss i våra barns golf och skapar gemensamma upplevelser på och utanför golfbanan.

Vår juniorverksamhet sätter barnen och ungdomarna i fokus genom att erbjuda kvalitativ träning från tränarna i Academy anpassad till ålder och nivå.

Vi önskar öka antalet aktiva juniorer i träningsverksamheten för att möjliggöra att träffa fler kompisar och få roligare träningar. En förutsättning för att vi ska kunna ha fler barn i träning är att vi får hjälp av ideella ledare som kan hjälpa till med en del praktiskt kring träningarna. Därför söker vi ledare inför säsongstart och dig som vill engagera dig i ditt barns utveckling.

Du behöver absolut inte vara en stjärna på golf - våra huvudtränare kommer utbilda dig i det du behöver veta. Det viktigaste är att du VILL hjälpa till för att du tror på våra juniorer och förstår att det är vår framtid och Bokskogens framtid!

Härnäst finner du information om årets träningsgrupper och länk till anmälan.

Varmt välkommen till ett nytt träningsår!



# TRÄNINGSGRUPPER.

## Grupp Vit

Gruppen vit, gamla K47, är för våra yngsta mellan 4-7 år. Vi tränar och leker golf där **varje barn har en förälder närvarande med sig under hela träningen**. Fokus är att på ett roligt sätt introducera golfen och dess olika moment.

**ÅLDER** 4-7 år

### MÅLSÄTTNING

Vi träffas och introducerar barnen till golfen genom lek i föräldrars sällskap. Olika stora bollar används och övningarna varierar för att göra golfen rolig och omväxlande. Mycket fokus läggs på det sociala, korvgrillning är ett stående inslag.

### INGÅR

Träning 1h/vecka, söndagar mellan kl. 10-12  
Start första veckan i maj med uppehåll i juli.  
Prova-på 3 gånger och ta gärna med en kompis.

### TRÄNINGSAVGIFT

250 kr



## Grupp Orange

I denna grupp fortsätter, eller börjar, du med golfen om du är 8 år eller äldre. Här fortsätter utvecklingen genom roliga och varierande övningar i lite större grupper för att möjliggöra att hitta nya kompisar på golfbanan.

**ÅLDER** Rekommenderad ålder från 8 år

**NIVÅ** Rekommenderat hcp 54-37 eller om du tidigare inte varit med i träningsverksamheten eller inte fått hcp.

### MÅLSÄTTNING

Ta Grönt kort, lära sig grunderna, spel på banan, hitta kompisar och delta i enklare tävlingar i lag och individuellt, hög närvaro

### INGÅR

Träning 2 ggr/vecka (1h/tillfälle)

Mån+Tis eller Tis+Ons

Vecka 16-39 inkl. 5 veckors sommarträning

Junioravslutning på hösten i oktober

Prova-på 3 gånger och ta gärna med en kompis

**OBS!** Tider kan komma att ändras beroende på antalet anmälningar.

### LÄMPLIGA TÄVLINGAR

Scrambleligan, Lilla SM, Matchligan, Junior KM, Teen Cup, Titleist/Footjoy Jr Tour.

### TRÄNINGSAVGIFT

1.650 kr

## Grupp Grön

Är du 8 år eller äldre och sänkt dig till hcp 36 är detta gruppen för dig! Här tränar vi tre gånger i veckan med fokus på fortsatt utveckling och skapa ett ökat intresse för egen träning och tävling.

**ÅLDER** Rekommenderad ålder från 8 år

**NIVÅ** Rekommenderat hcp 36 till ca 10

### MÅLSÄTTNING

Fortsätta med goda vanor i träning och tävling, ökad dos eget spel på banan samt ökat antal spelade tävlingar både i lag och individuellt, hög närvaro

### INGÅR

Träning 3 ggr/vecka (1 h/tillfälle)

Mån+Tis+Ons

Vecka 16-39 inkl. 5 veckors sommarträning

Junioravslutning på hösten i oktober

Prova-på 3 gånger och ta gärna med en kompis

**OBS!** Tider kan komma att ändras beroende på antalet anmälningar.

### LÄMPLIGA TÄVLINGAR

Matchligan, Junior KM, Teen Cup, Titleist/Footjoy Jr Tour, Rookietouren, Vårslaget, Hösttouren mm

### TRÄNINGSAVGIFT

2.700 kr

# Grupp RÖD & Grupp SVART

Dessa grupper är till för de ungdomar som tävlar på de lite högre nivåerna. Här tränar vi ännu mer individanpassat, har fler träningspass och målet är att kontinuerligt tävla på regional och riksnivå.

Till dessa högre grupper blir man inbjuden av tränarna efter att man visat träningsflit, ett stort engagemang och deltagit i tävlingar över tid. Om du inte ingått i träningsgrupp tidigare, ange i anmälan att du är intresserad då det vid stort intresse kan komma att startas ytterligare en grupp.

Vill du veta mer om de grupperna, eller har andra frågor om verksamheten är du alltid välkommen att kontakta juniorkommittén [junior@bokskogen.com](mailto:junior@bokskogen.com).

## TRÄNINGSAVGIFT Grupp RÖD

4.700 kr

## TRÄNINGSAVGIFT Grupp SVART

6.900 kr



## ANMÄLAN TILL TRÄNING.

Anmälan till all träning görs via denna **länk**. Till i år får du gärna prova på 3 gånger innan du bestämmer dig och betalning görs därefter. Tar du med en kompis, anmäl hen också.

Anmäl dig innan **9 mars**, även om du ska prova-på.

## GRUPPER & INDELNING

När gruppindelningen görs tas hänsyn till en rad aspekter såsom spelstandard, ålder, kamratskap, motivation och ambitionsnivå. Detta för att skapa en miljö för barnen där de på bästa sätt kan utvecklas och ha kul med sin golf. Har du frågor om lämplig grupp får du gärna höra av dig till [junior@bokskogen.com](mailto:junior@bokskogen.com) eller prata med någon av tränarna. Angivna träningsdagar kan komma att ändras beroende på antalet anmälningar och under säsong.

# AKTIVITETER PÅ BOKSKOGEN

## LEVEL DAGAR.

### LEVELNIVÅER

Academy har tagit fram olika golfnivåer (levels) och gett dessa olika färger. Till dessa färger finns det så kallade levelbrickor med fyra levels på varje bricka. För tre av dessa levels ska juniorerna spela till sig ett godkännande eller det vi kallar "tummen upp". På den sista nivån gäller det att behärska olika golftekniker, dvs putt, chip, pitch, bunker och fullsving för att på så sätt erövra den sista tummen.

### LEVELS

Levels syftar till att stimulera den egna utvecklingen och träningen och kan sammanfattas i följande tre punkter.

- Att i små steg närma sig i första hand det "Gröna kortet".
- Att få komma ut och spela på den stora banan.
- Att ta sig vidare ned i handicapsystemet.

### Levels – vad innebär det att "levla"?

Tanken med levelingsystemet är att i små steg närma sig, i första läget, det gröna kortet (körkort i golf), vilket innebär att du därmed får spela på den "stora banan". Därefter ger det dig chansen att ta dig vidare ner i handicapsystemet.



### LEVELDAGAR

Med målsättningen att göra det till en "happening" där hela familjen kan vara delaktig kommer vi genomföra ett antal Leveldagar. Det innebär att vi varannan vecka kommer genomföra en "leveldag" med förhoppning att kunna ha detta på lördagar. Ytterligare en anledning till att vi bara "levlar" varannan vecka är att juniorerna ska hinna träna och förbereda sig inför nästa steg. Givetvis går det fort att "levla" i början, exakt som ett dataspel, men det blir snart svårare. Till våra leveledagar söker vi ideella ledare.