



## Kursprogram S:t Arild Golfakademi våren 2025

Nu är vi äntligen på rätt sida och snart är våren här! För att du ska känna dig mer redo är den här perioden perfekt för att träna på tekniken, få ordning på detaljerna i svingen och känna dig väl förbered när säsongen väl startar!

Här på S:t Arild, tack vare vår fina studio, så kan vi träna året runt och erbjuda privatlektioner, kurser, juniorträning och klubbprovningar för dig som vill hålla i gång.

Här kommer ett litet vinterutbud från akademien med olika kurser som förhoppningsvis passar bra just nu. Det stora kursprogrammet för säsongen publiceras i mars!

### Privatlektioner

Vi är tillgängliga för lektionsbokning under vintern, så du som vill träna på egen hand i egen takt kan boka in privatlektioner som det passar dig. Vi tränar inomhus i studion där det är varmt och skönt. Alla bokningar sker genom Pro Planner där du väljer tränare och tid som passar dig. Klicka på logon nedan för att komma direkt till bokningen:



### Lektionspriser

25 minuters lektion 500 kr

50 minuters lektion 800 kr

50 minuter 2 personer 900 kr



## Bli en smartare golfare 2025

I den här kursen kommer vi att fokusera på att lära ut mer om att sätta en spelplan, diskutera spelstrategi samt implementera praktiska regler i verkligheten som du har nytta av i din golf! En spännande kurs för dig som vill känna dig mer förberedd och trygg i din golf. Vi kommer att kombinera teoripass med spelstrategi, praktiska regler och faktiska situationer med lösningar på banan. Kursen är tre timmar och vi är både inne och ute så kläder efter väder!

Datum: Söndag 9 mars 13.00-16.00

Kostnad: 495kr inkl. fika

Kursledare: Rodney Scott och Jens Gleisner

[Anmäl dig här](#)

## Veckoträning i grupp

Träna i grupp om max 3 personer, en gång i veckan i 75 minuter under 4 veckor. Vi kommer att repetera viktiga grunder i svingen samt puttning så du känner dig lite redo inför säsongstarten!

Plats bokas via Pro Planner alternativt genom att klicka på önskad grupp, och det finns följande grupper att välja på;

[Grupp 1 Tisdagar 10.00-11.15 Therés](#)

[Grupp 2 Tisdagar 13.00-14.15 Rodney](#)

[Grupp 3 Tisdagar 15.00-16.15 Rodney](#)

[Grupp 4 Onsdagar 11.00-12.15 Johan](#)

[Grupp 3 Onsdagar 14.45-16.00 Johan](#)

### Alla grupper startar vecka 9

Pris: 1195kr

## Tredagars genomkörare – Nyhet!

Intensiv genomkörare över tre dagar (6 timmar totalt) där vi går igenom olika delar av ditt spel inför säsongen. Individuell svinganalys med träning, puttanalys med träning och övningar, genomgång av chipptechnik, rörlighetsträning samt lite teori.

Fredag 21 februari 16.00 – 18.00

Lördag 22 februari 10.00 – 12.00

Söndag 23 februari 10.00 – 12.00

Pris: 1695 kr

Min 3 max 5 deltagare

Tränare: Johan Thunman Svensson

[Anmäl dig här](#)

## Egen grupp

Är ni några stycken som vill träna ihop? Familj eller kompisar, oavsett så kan vi skraddarsy ett upplägg efter era önskemål om ni vill! Det kan vara ett visst antal lektioner ihop, ett specifikt pass bara eller regelbunden träning under lågsäsongen.

Hör av er till någon av oss så hittar vi en bra lösning tillsammans!

## Bokning

För bokning av kurserna så klicka på länkarna ovan under respektive kurs. För lektionsbokning klicka på Golfbox Proplanner logon nedan;



## S:t Arild Golfakademi



Therés Larsson, Head pro  
[theres@starild.se](mailto:theres@starild.se)



Rodney Scott, Pro  
[rodney.scott@starild.se](mailto:rodney.scott@starild.se)



Johan Thunman Svensson, Pro  
[johan.thunman@starild.se](mailto:johan.thunman@starild.se)

Varmt välkommen att utveckla din golf med oss på S:t Arild Golfakademi. Tveka inte att höra av er om ni har frågor eller behöver hjälp med någonting!

Hälsningar,  
Therés

