

# Håndbog for mentorer - Nivå Golf - Golfkørekort

---

## Generelt

Mentorerne vil bestå af en gruppe på ca. 15-20 personer. Disse personer vil blive udvalgt og kontaktet af Lukas, Kirsten Bæk og Torben Randrup. Der tages udgangspunkt i tidligere mentorer, samt de medlemmer, som tilkendegiver et ønske om at arbejde som mentor og med begyndere.

Som mentor vil man særligt blive brugt i forbindelse med Golfkørekortet. Her skal der bruges mentorer til fællestræning og til spil for begyndere, weekendkurser.

## Opstart

- Alle interesserede bliver inviteret til et opstartsmøde i marts.
- Alle deltagerne får mulighed for kort at præsentere sig.
- Til opstartsmødet vil vi gennemgå håndbogen for mentorer, som inkludere forventninger, opgaver og ønsker til mentorerne.
- Til opstartsmødet vil træningsprogrammet for fællestræningerne blive gennemgået. I træningsprogrammet står både hvad Robin underviser i, samt hvilke øvelser der vil være fokus på til fællestræningerne.

Mentorerne vil blive fordelt ud på aktiviteterne frem til juli måned. Så alle mentorer kommer i aktion før sommerferien.

Planlægningen og fordelingen af aktiviteterne efter sommerferien sker i juni.

Mentorerne giver ved tilmeldingen udtryk for hvor mange dage de har mulighed for at deltage. 2-5 dage, 5-10 dage eller så meget som muligt.

## Fællestræning om onsdagen

Hvornår: mødetid kl 17.55 (kl. 16.55 for forløb 5)

Hvor: på driving rangen ved boldskur

Hvem: deltagere i Golfkørekort forløb

Hvad: Velkomst, præsentation af mentorer og kaniner, præsentation af aftenens program:

### **Program lavet af Robin: Opvarmning (10 min) – Slagtræning på måtter (30 min) – Kortspilstræning (30 min)**

Reminder om tilmelding til spil for begyndere mandag

Mentorerne skal ikke undervise teknik, men henvise til fokuspunkter fra Robins undervisning. Det er kun Robin som står for teknisk træning.

## Hovedmentor

Ved hvert forløb vil der være en hovedmentor, som har følgende opgaver:

- Sikre adgang til boldskur – kontakt Robin eller administrationen
- Koordinering af deltagelse til Robins undervisning
- Koordinering af afbud fra mentorerne
- Deltage ved Robins første træning og tage i mod spillerne første gang.
- Deltager i velkomstmødet før regelundervisningen.

Før et nyt hold starter udsender begynderudvalget en informationsmail til mentorerne.

## Spil for begyndere om mandagen

Hvornår: mødetid kl 16:45  
Hvor: På terrassen  
Hvad: Velkomst, holdinddeling, scorekort  
Hvem: Medlemmer m hcp 42-99 – (alle medlemmer uden handicap)

### Fokuspunkter:

- 1 Identificere sin bold
- 2 Tie stille/stå stille når andre slår
- 3 Tælle sine slag (kugleramme)/scorekort
- 4 Anbringe sin bag hensigtsmæssigt
- 5 Hvad er strafområde
- 6 Hvornår noterer man sin score
- 7 Golfbox
- 8 Sikkerhed

Sidste frist for tilmelding fredag eftermiddag

Husk at notere på spillerbeviset efter runderne, hvis spilleren har bestået par3 banen eller Toftegård.

Mentoren fører scorekort for alle.

Social aktivitet på terrassen efter spil på banerne

Første 1-2 gange en spiller deltager på både par3 banen og Toftegård er spil for begyndere introduktion til banen.

Gældende for alle runder, skal spilleren udvise kendskab til regler og etik.

## Særligt for Par3 banen

Der spilles slagspil, Max 10 slag pr hul

Mentoren spiller ikke med

Hvis muligt startes gunstart

En spiller består par 3 banen ved én runde i max 40 slag eller tre runder i max 54 slag. For alle runderne gælder, at skal spilleren udvise kendskab til regler og etik.

## Særligt for Toftegård

Hvem: kaniner som har bestået par3 banen (hcp 42-80)

### Ekstra fokuspunkter:

- 1 Tælle egne og medspillernes slag
- 2 Spillerne er markører for hinanden.
- 3 Fokus på tempo: Lære spillerne at være klar, når det er deres tur.

Der spilles stableford, spillehandicap 54 (3 slag på hvert hul)

En spiller består Toftegård ved én runde med mindst 18 point.

For alle runderne gælder, at skal spilleren udvise kendskab til regler og etik.

Klubmedlemmer kan opnå et "klubhandicap" ved en runde med 10-17 point.

Dette vil give et klubhandicap på 55-72.