

¡Golf con cabeza! Curso de entrenamiento mental

PRUEBA ALGO DIFERENTE

Si entrenas el swing técnico y no consigues mejorar tus resultados, ¿por qué no pruebas algo diferente?



Aprende a través de este curso a entrenar tu cabeza como entrenas el movimiento de tu swing.

El entrenamiento mental trata de desarrollar y potenciar **las habilidades mentales** críticas en el golf para ponerlas en práctica cuando salimos a jugar, tanto si es un torneo como una vuelta con los amigos.

Igual que entrenamos el swing podemos entrenar la mente.



LO QUE DICEN NUESTROS ALUMNOS...



“Muy bueno, porque me ha aportado unas rutinas, que me han hecho mejorar mi juego, tanto en el putt como en el juego largo. De hecho durante el curso he bajado de hándicap y he ganado mi primer torneo”. *Rosa Calleja*



“Vuelta de cine bajando 1,3 hcp gracias a solo 29 putts en todo el recorrido: gracias”. *Ignacio Rovira.*



“Debería formar parte del entrenamiento del Centro.” *María Carrera.*

¿EN QUÉ CONSISTEN LOS CURSOS QUE CELEBRAMOS EN EL CNG?

- ✓ 6 clases de 1 hora de duración
- ✓ Se impartieron entre el putting green, la alfombrilla y el campo de juego
- ✓ Grupos reducidos de 6 personas
- ✓ 100% práctico: ¡cada jugador con sus palos!



... la casi totalidad de los alumnos nos han pedido sesiones con más tiempo, pasaremos a 4 sesiones/talleres de 2 horas de duración cada uno en la próxima edición.



¿QUÉ VAS A APRENDER?

Aprenderás practicando 4 aspectos fundamentales para la mejora de tu golf:

1. incrementar tu poder de concentración, encuentra tu punto rojo para concentrarte.
2. aprender a relajarte para controlar el estrés y los nervios que aparecen en los momentos clave.
3. visualización, tienes que ver el golpe que quieres dar. Aplícalo al aprendizaje y mejora del control motor y así conseguir un swing fluido (movimiento del cuerpo de forma sincronizada).
4. capacidad de adaptación en los malos momentos (rutinas anti-bloqueo).

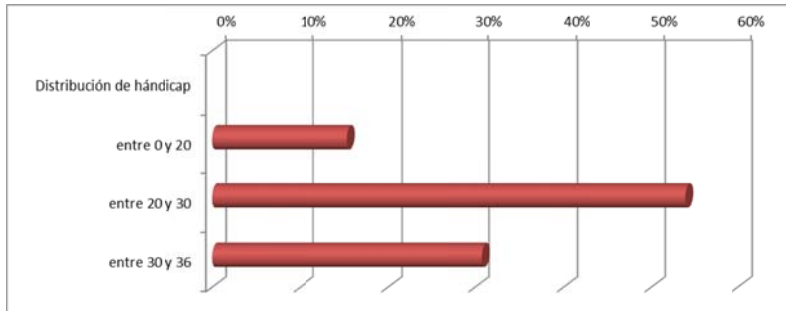
100% práctico, aprenderás y entrenarás en la zona de entrenamiento, en el putting-green, en el bunker, en el recorrido en el campo.



¿A QUIÉN VA DIRIGIDO?

Para todos los golfistas que quieren mejorar su juego sin necesidad de ninguna cualidad previa. Y MUY SENCILLO.

¿Cómo han sido nuestros alumnos?



% de alumnos que tras jugar torneos han bajado el hándicap durante el curso
83%

ES PARA TI, SEA CUAL SEA TU NIVEL Y TU EDAD ¡APÚNTATE YA!

CONTINUAMOS NUESTROS CURSOS DESPUÉS DEL VERANO, OS MANTENDREMOS INFORMADOS.

Apúntate a nuestra próxima edición de cursos que comenzarán en Octubre, donde contaremos con 2 niveles, de "Iniciación" y "Progreso". Además consulta otro tipo de formatos: Clinics específicos de 4 horas, Clases individuales, Coach de campo.


- llama al **606 82 85 21**
- escríbenos a nurializo@gmail.com
- **#GolfconCabeza**



Imagen de uno de nuestros grupos en el Centro Nacional de Golf



“Si al principio me parecía algo surrealista, al final he quedado enganchado”. Me habéis hecho jugar al – golf con cabeza -, que no era fácil para mí. Enhorabuena”. *José Angel Montejo.*



“Curso con contenidos claros, bien transmitido y de forma muy práctica”. *Carmen Moratalla*



“He mejorado en pocas horas, mi forma de afrontar los retos del golf”. *Enrique Vicent.*