



HASTAPEN JARDUERAK

GOLFA

Ikastaroak, Bizkaiko Golf Federazioko begiraleek emango dituzte Bizkaiko golf-klub ezberdinetan.

I. Mailako ikastaroen iraupena 12 ordutakoa izango da, 6 saiotan banatuta, bi ordu egun bakoitzean eta II. Mailakoa 10 ordutakoa izango da, 5 saiotan banatuta, bi ordu egun bakoitzean.

EGITARUA I. MAILA

- Golfari buruzko oinarrizko kontzeptuak: jokia, oinarrizko arauak, heldukera, jaurtiketa.
- Joko luzea: kokatzeko ordena, makilaren gorpu eta aurpegiaren kokaera, BackSwing, kolpea, DownSwing (oreka), makila ezberdinen erabilera.
- Joko laburra: kokatzeko ordena, makilaren gorpu eta aurpegiaren kokaera "putter"ean, mugimenduaren kontrola, hurbiltze-teknikak eta bunker-teknikak.
- Ibilbideko bat ikusi, zelaiko alde ezberdinak azalduz.

EGITARUA II. MAILA

1. SAIOA

- A Puttingren, kokatzea, pendulu-mugimendua kontrolatzea noranzkorako eta distantziarako, zulotik 2 oin, 3 oin eta 4 oin eta 10 metroko erradioko zirkuluen ariketak eginez.
- B Chip, hibridoarekin errodatuak, green inguruan eta gero pitching-arekin.
- C Pitch and putt-ean jokoan aritzea, eta etiketa- eta joko-arauak erreparasatzea.

2. SAIOA

- A Praktika-jokalekua: grip eta kokatzea erreparasatzea.
- B Bunker kolpeak praktikatzea green inguruan eta etiketa-arauak eta bunker jokia.



HASTAPEN JARDUERAK

- C Pitch and putt eta banakako stablefor jokoetan aritzea (modalitatea azalduta).

3. SAIOA

- A Praktika-jokalekua: backswing erritmoarekin eta amaieran oreka erreparasatzea.
- B Chip-a praktikatzea green-etik 15 metrora.
- C Pitch and putt-era irtetea eta banaka jokatzen da.

4. SAIOA

- A Praktika-jokalekua: 40, 60 eta 80 metrora hartutako green-ariketak egitea.
- B Kaleko bunker-a (luzea).
- C p&p-ra irtetea eta jokalaria bakoitzaren ebaluazioa egitea.

5. SAIOA

- A 15 minutuz berotzea praktika-jokalekuan.
- B chip 15 minutuz.
- C Ikasitakoa erreparasatzea.

PARTAIDETZA

2010/11/12/13/14/15 urteetan jaiotako haur guztiek har dezakete parte.

DATAK

Ikastaroak asteburuetan izango dira, ikasturtean zehar:

- Golf neguan (urritik urtarrilera).
- Golf udaberrian (otsailetik maiatzera).

IZEN-EMATEA ETA KUOTA

- Inskripzioa <http://www.bizkaia.eus/eskolakirola> web orriaren bidez egin daiteke, erakunde baten bitartez edo norberaren kabuz (izen-ematea amak edo aitak egitea).



HASTAPEN JARDUERAK

- Eskaintako plaza-kopurua nahikoa ez bada, inskribatu diren guztien artean zozketa egingo da.
- I.Mailako kurtsoan izena ematearen kuota pertsona bakoitzeko 20 eurokoa izango da eta II. Mailakoa pertsona bakoitzeko 25 eurokoa izango da. Ordainketa Bizkaiko Golf Federazioan edo bankuaren bitartez egin beharko da.

OHARRAK

- Eguraldia edo ezinbesteko kasuren bat dela medio bisitak beste egun baterako utzi ahal izango dira.
- Ikastaroren bat bertan behera utzi behar bada, ordaindutako kuoten zenbatekoa itzuli egingo da.

INFORMAZIOA

Argibide gehiagorik nahi izanez gero, hona jo:

Eskola Kiroleko bulego nagusia

K/ Martín Barua Picaza kalea nº 27

Tfnoa: 944410900

Faxa: 94-4418165