All Sports Golf Battle

Na afloop van 9 trainingssessies: All Sport Golf Battle zijn kinderen in staat om met verschillende sportattributen golf te spelen. Door met elkaar op een plezierige manier door de baan te bewegen, ontwikkelen de kinderen hun motorische vaardigheden en de snelheid in de baan.

01 A All Sports Golf Battle Frisbeegolf

Gooien en vangen, aiming, releasen, overspelen.

01 B All Sports Golf Battle Voetgolf
Schieten en aannemen, snelheid maken (afzetten van de grond), aiming en samenwerken.

01 C All Sports Golf Battle Slingergolf
Slaan met een verlengstuk, het opteeën op de juiste plek op de afslagplaats, samenspelen.

02 A All Sports Golf Battle Hockeygolf
Spelen en aannemen met een verlengstuk, bladcontrole.

02 B All Sports Golf Battle: Padel-/Tennisgolf
Snelheid maken met een verlengstuk, bladcontrole.

02 C All Sports Golf Battle: Waterbal
Snelheid maken met een golfclub, aiming, regel  van de waterhindernis, readygolf.

03 A All Sports Golf Battle: Frisbeegolf II
Strokeplay, scorekaart invullen,  aiming, releasen, overspelen, readygolf.

03 B All Sports Golf Battle: Padel-/Tennisgolf II
Strokeplay, snelheid maken met een verlengstuk, aiming,

03 C All Sports Golf Battle: Dude Perfect All Sports Golf Battle
Tactiek (vooruitdenken), clubkeuze, aanpassingsvermogen, fun.

Benodigdheden module ALL SPORTS GOLF BATTLE

* 1 frisbee per twee personen (+ 1 reserve)
* 1 voetbal per twee personen  (+ 1 reserve)
* 1 padelracket of tennisracket per persoon + 1 tennisbal per twee personen.
* 1 hockeystick per persoon + 1 hockeybal per twee personen

Materialen kunnen nieuw gekocht worden maar ook verzameld worden door een oproep in een nieuwsbrief.

All sports battle Niveau 01 A

Frisbeegolf

Doel van de training

Gooien en vangen, aiming, releasen, overspelen.

Uitleg van de oefening

Hole 1 start op het begin van de fairway. Ga ongeveer 5 meter uit elkaar staan. Gooi de frisbee heen en weer. Jog terwijl je samen gooit in de richting van de green. Is de frisbee gevangen door iemand op de voorgreen? Loop door naar de volgende hole!

Hole 2 start wederom op het begin van de fairway. Voer dezelfde opdracht uit als op hole 1. Gebruik nu je backhand (andere hand) om te gooien. Begin wat dichter bij elkaar zodat de frisbee makkelijker gevangen kan worden.

Hole 3 "foursome" Gooi de frisbee vanaf de afslagplaats (oranje) Gooi om de beurt. Vanaf de plek waar de frisbee stil komt te liggen wordt opnieuw gegooid. Als de frisbee, op de green stil ligt, ben je samen klaar. Noteer het aantal worpen op de scorekaart.

Informatiebaantraining

Benodigdheden:

Per tweetal een frisbee.

Waar starten?

Op het begin van de fairway.

Finish

Op de (voorgreen.

Stokkeuze

Frisbee (reservefrisbee)

Balligging

N.v.t.

Speel regels:

Bepaal wie er start op hole 1. Speler 2 start op hole 2 (ongeacht wie de laatste worp op de vorige hole heeft gemaakt). Het koppel bepaalt zelf wie er start op hole 1.

Etiquette:

Als er een tweetal aan het zoeken is naar een frisbee dan mag de flight die aan het

zoeken is de flight achter zich doorlaten.

Veiligheid:

Gooi de frisbee als je zeker weet dat je het koppel voor je niet kunt raken.
Mocht er een frisbee toch in de buurt van spelers in de flight voor je vliegen dan roep je FORE.

Tips voor de begeleiders:

1. Speel dit spel met de gehele groep. Ook met meer dan vier kinderen adviseren wij om in een “slang” achter elkaar aan te werken. De begeleider geeft op iedere hole kort een voorbeeld van de nieuwe opdracht. De hele groep loopt achter elkaar aan en wacht bij elkaar naast de green op weg naar de volgende hole.
2. Als er na drie holes wordt doorgespeeld dan heeft de begeleider een golftas nodig met de materialen die op hole 4,5,6 en eventueel op hole 7,8,9 gebruikt worden.

All sports battle Niveau 01 B

Voetgolf

Doel van de training

Schieten en aannemen, overspelen/ samenspelen,  snelheid maken, voetenwerk, aiming en samenwerken.

Uitleg van de oefening

Hole 4 start op het begin van de fairway. Ga op ongeveer 15 meter uit elkaar staan. Pass de voetbal heen en weer. Jog terwijl je overspeeld richting de green. Pass de bal over tot je aankomt bij de voorgreen. Pak de bal op in de handen en wacht naast de green op weg naar de volgende hole op de rest van de groep.

Hole 5 start op het begin van de fairway. Ga nu elk aan de aan de zijkant van de fairway staan. Pass de bal over de gehele breedte van de fairway (lange pass). Jog terwijl je overspeeld richting de hole. Als er op deze hole een bunker is dan moet de bal in de bunker hebben gelegen. Pak de bal uit de bunker, voordat je verder loopt zorg je dat één van het tweetal de bunker netjes aanharkt.

Hole 6 "foursome" Speler A en speler B schieten om de beurt de bal. Start vanaf het begin van de fairway. Schiet de bal in zo min mogelijk schoten naar de green. Let op; als de bal buiten de fairway komt dan ligt deze in een fictieve waterhindernis. Leg de bal op de grens van waar deze de fairway heeft verlaten. Pas als de bal stil ligt op de green zijn jullie klaar. Onthoud het aantal schoten en geef jullie score door aan de spelbegeleider.

Informatie baantraining

Benodigdheden.
Per tweetal een voetbal.

Waar starten

Op het begin van de fairway.

Finish

Op de (voor)green of in een nader te bepalen bunker.

Speel regels:

Bepaal wie er start op hole 1. Speler 2 start op hole 2 (ongeacht wie de laatste worp op de vorige hole heeft gemaakt). Het koppel bepaalt zelf wie er start op hole 3. .

Etiquette:

Als er een tweetal aan het zoeken is naar een bal dan laat de flight die aan het zoeken is de flight achter zich door.

Veiligheid:
Schiet de bal in het spel als je zeker weet dat je het koppel voor je niet kunt raken.
Mocht er toch een bal in de buurt van spelers in de flight voor je vliegen dan roep je FORE.

Tips voor de begeleiders
Speel dit spel met de gehele groep. Ook met meer dan vier kinderen adviseren wij om in een “slang” achter elkaar aan te werken. De begeleider geeft op iedere hole kort een voorbeeld van de nieuwe opdracht. De hele groep loopt achter elkaar aan en wacht bij elkaar naast de green op weg naar de volgende hole.

Bepaal aan de hand van de leeftijd van de groep of je bij hole 6 een strafslag krijgt (indien de bal de fairway verlaat).

All sports battle Niveau 01 C

Slingergolf

Doel van de training

Slaan met een verlengstuk, snelheid van spelen. Het opteën op de juiste plek op de afslagplaats, samenspelen.

Uitleg van de oefening

Hole 7 start op de oranje tee. Speel in tweetallen met één bal. In dit spel mag je altijd kiezen of je gooit of slaat. Ligt je bal lastig (in de bosjes of in een hindernis) dan mag je deze gooien.

Speler A brengt de bal in het spel. Speler B speelt vanaf de plek. Wissel elkaar af tot de bal stilligt op de green. Als de bal stil ligt op de green, dan is de bal uitgeholed. Noteer het aantal slagen/worpen op de scorekaart.

Op hole 8 start speler B (ongeacht wie de laatste slag op hole 7 heeft gemaakt). Noteer per hole hoeveel slagen je als tweetal nodig hebt gehad om de green te bereiken. Speel zo hole 8 en hole 9. Welk tweetal maakt over drie holes het minst aantal slagen.

Informatie baantraining

Benodigdheden.
Per tweetal een ijzer 7 en een tennisbal.  (De spelbegeleider heeft een aantal reserveballen)

Waar starten

Oranje tee.

Finish

Op de green.

Clubkeuze

Ijzer 7.

Speel regels:

Plaats de bal op de juiste plek op de afslagplaats (max twee clublengtes achter de tee markers).
Bepaal wie er start op hole 7. Speler 2 start op hole 8 (ongeacht wie de laatste worp op de vorige hole heeft gemaakt). Speler 1 start weer op hole 9.

Etiquette:

Als er een tweetal aan het zoeken is naar een bal dan moet de flight die aan het zoeken is de flight achter zich doorlaten door middel van zwaaien. De maximale zoektijd is 1 minuut. Kun je de bal niet vinden, dan loop veilig naar de spelbegeleider om een nieuwe bal te halen.

Veiligheid:
Speel de bal in het spel als je zeker weet dat je het koppel voor je niet kunt raken.
Mocht er een bal toch in de buurt van spelers in de flight voor je vliegen dan roep je FORE.

Tips voor de begeleiders
De begeleider legt het spel uit en start op de eerste hole alle flights weg. Er wordt gespeeld in flights van vier personen waarbij er dus twee teams van twee personen met elkaar samen spelen.

Als er een oneven aantal is dan wordt er gespeeld in een drietal. Het drietal speelt om de beurt en elke speler mag op één hole afslaan.

All sports battle Niveau 02 A

Hockeygolf

Doel van de training

Spelen en aannemen met een verlengstuk, bladcontrole.

Uitleg van de oefening

Hole 1 start op het begin van de fairway. Loop samen op terwijl je de bal overspeelt. Loop op tot je op de voorgreen komt. Pak de bal op in je handen en loop naar de volgende hole.

Hole 2 start op het begin van de fairway. Speler 1 bepaald waar speler 2 moet gaan staan (een stuk verder op de fairway). Speler 1 probeert de tennisbal met de hockeystick zo te spelen dat deze zo dicht mogelijk bij speler 2 stil komt te liggen. Speler 1 rent door voorbij speler 2. Speler 2 bepaalt nu waar speler 1 moet staan. Speel zo door tot de bal aangenomen wordt door een speler op de voorgreen.

Hole 3 "foursome” Start wederom op het begin van de fairway. Speler A en speler B spelen om de beurt de bal. Speel de bal in zo mogelijk slagen naar de green. Het spel eindigt als de bal stil ligt op de green. Onthoud het aantal slagen dat je nodig hebt en geef deze door aan de spelbegeleider. Er mag samen hardop geteld worden.

Informatie baantraining

Benodigdheden.
Per leerling een hockeystick. Per tweetal een hockey- of een tennisbal, foambal.

Waar starten?

Begin van de fairway.

Finish

Op de (voor)green.

Stokkeuze

Hockeyclub.

Balligging

Normale ligging

Speel regels:

Overleg met elkaar wie er als eerste “afslaat”.

Etiquette:

Als je een plag slaat in de fairway dan repareer je deze door de plag terug te leggen en hem aan te drukken met je voet.

Veiligheid:
Speel de bal in het spel als je zeker weet dat je het koppel voor je niet kunt raken.
Mocht er een bal in de buurt van spelers in de flight voor je vliegen dan roep je FORE.

Tips voor de begeleiders

1. Speel dit spel met de gehele groep. Ook met meer dan vier kinderen adviseren wij om in een “slang” achter elkaar aan te werken. De begeleider geeft op iedere hole kort een voorbeeld van de nieuwe opdracht. De hele groep loopt achter elkaar aan en wacht bij elkaar naast de green op weg naar de volgende hole.
2. Als er na drie holes wordt doorgespeeld dan heeft de begeleider een golftas met de materialen die op hole 4,5,6 en eventueel op hole 7,8,9 gebruikt worden.

All sports battle Niveau 02 B

Padel-/Tennisgolf

Doel van de training

Spelen en overspelen met een verlengstuk, bladcontrole.

Uitleg van de oefening

Hole 4 start op het begin van de fairway. Ga op ongeveer 5 meter uit elkaar staan. Kaats de bal over terwijl je oploopt richting de green. Als je bij de voorgreen aankomt dan stop je met overspelen. Hou de bal vast in je handen terwijl je naar de volgende hole loopt.

Hole 5 start op het begin van de fairway. Speler 1 bepaald waar speler 2 moet gaan staan (een stuk verder op de fairway). Speler 1 probeert de tennisbal met het racket zo te spelen dat deze zo dicht mogelijk bij speler 2 stil komt te liggen. Speler 1 rent door voorbij speler 2. Speler 2 bepaalt nu waar speler 1 moet staan. Speel zo door tot de bal aangenomen wordt door een speler op de voorgreen.

Hole 6 "foursome” Start wederom op het begin van de fairway. Speler A en speler B spelen om de beurt de bal. Speel de bal in zo mogelijk slagen naar de green. Het spel eindigt als de bal stil op de green ligt. Tel hardop alle slagen door en geef het totaal aantal slagen door aan de spelbegeleider.

Informatie baantraining

Benodigdheden.
Per leerling een padel- of tennisracket.  Per tweetal een padel- of tennisbal. En een reservebal.

Waar starten?

Begin van de fairway.

Finish

Op de (voor)green.

Stokkeuze

Padel-, tennisracket.

Balligging

Normale ligging

Speel regels:

Overleg met elkaar wie er als eerste “afslaat”.

Etiquette:

Als de bal in een bunker komt dan mag je de bal uit de bunker verder spelen. Hark wel even de bunker aan.
Zorg dat je de materialen die je krijgt netjes teruggeeft aan de spelbegeleider.

Veiligheid:
Speel de bal in het spel als je zeker weet dat je het koppel voor je niet kunt raken.
Mocht er een bal toch in de buurt van spelers in de flight voor je vliegen dan roep je FORE.

Tips voor de begeleiders

1. Speel dit spel met de gehele groep. Ook met meer dan vier kinderen adviseren wij om in een “slang” achter elkaar aan te werken. De begeleider geeft op iedere hole kort een voorbeeld van de nieuwe opdracht. De hele groep loopt achter elkaar aan en wacht bij elkaar naast de green op weg naar de volgende hole.

All sports battle Niveau 02 C

Waterbal

Doel van de training

Snelheid maken met een golfclub, aiming, regel van de waterhindernis, readygolf.

Uitleg van de oefening

Hole 7 en 8 worden gespeeld met een echte club en een tennisbal. We starten vanaf de oranje tee en spelen deze drie holes met de regel dat zowel rechts als links van de fairway water is. Mis je de fairway? Dan gebruik je een van de regels die past bij de waterhindernis.

Speel in tweetallen en sla om de beurt (foursome) in zo min mogelijk slagen naar de green. Houd er rekening mee dat als je de fairway mist, dat je de bal op de grens waar de bal de fairway heeft verlaten dropt vanaf kniehoogte. Tel een strafslag op bij de score. Een wat kortere maar rechtere slag kan je helpen om met uiteindelijk minder slagen de hole te spelen. Als de bal stilligt op de green dan telt deze als uitgeholed. Noteer het aantal slagen op de scorekaart.

Op hole 9 ruilen we de tennisbal in voor een echte bal.  We spelen exact hetzelfde spel. Let wel op dat de veiligheidsregels; niet slaan als je denkt dat je de flight voor je zou kunnen halen.

Informatie baantraining

Benodigdheden.
Per leerling een ijzer 7. Per tweetal een tennisbal en een golfbal en van beide een reservebal.

Waar starten?

Begin van de fairway.

Finish

Op de green.

Stokkeuze

Ijzer 7.

Balligging

Normale ligging

Speel regels:

Overleg met elkaar wie er als eerste “afslaat” op de eerste hole.
Speel je de bal buiten de fairway? Dan drop je de bal op de grens waar de bal de fairway heeft verlaten en krijg je één strafslag.

Etiquette:

Als de bal in een bunker komt dan mag je de bal uit de bunker verder spelen. Hark wel even de bunker aan. De bal aan de lage kant uit de bunker spelen kan slim zijn.
Veiligheid:
Speel de bal in het spel als je zeker weet dat je het koppel voor je niet kunt raken.
Mocht er een bal toch in de buurt van spelers in de flight voor je vliegen dan roep je FORE.
Tips voor de begeleiders:

1. Start op hole 1 alle tweetallen (of flights van 4 personen (twee tweetallen) weg. Als iedereen weg is dan loop je langs de groep om iedereen te enthousiasmeren. Op de afslagplaats van de laatste hole start je wederom iedereen weg en is er tijd voor een korte feedback over de eerste twee holes. Zorg dat iedereen die klaar is op een veilige plek naast de green van de laatste hole op elkaar wacht.

All sports battle Niveau 03 A
Frisbeegolf II

Doel van de training

Strokeplay, individueel samenspel, scorekaart invullen, veiligheid, aiming, releasen, readygolf.

Uitleg van de oefening

Speel drie holes individueel strokeplay frisbeegolf. Start vanaf de oranje tee. Werp de frisbee in zo min mogelijk worpen op de green.

Speel met twee, drie of vier spelers in een flight. Nadat iedereen zijn eerste worp heeft gedaan spelen we readygolf. Loop niet voor elkaar uit (zodat je geraakt kunt worden door een medespeler). Als je ongeveer op gelijke hoogte staat en jij bent klaar om te gooien, dan mag je gooien. Let er op dat als je niet aan de beurt bent, je stil staat en stil bent zodat je medespeler zich goed kan concentreren.
Dit spel is een oefening om als we straks met echte clubs en echte golfballen spelen, net zo veilig een ronde golf te kunnen spelen.

Noteer het aantal worpen dat je nodig hebt om de frisbee stil te krijgen op de green op je scorekaart. Zorg dat je het aantal worpen van jouw medespeler noteert bij SPELER. Noteer bij MARKER het aantal worpen dat jijzelf nodig had.

Informatie baantraining

Benodigdheden.
Per leerling een frisbee (spelbegeleider heeft een reserve frisbee).

Waar starten?

Oranje tee.

Finish

Op de green.

Stokkeuze:

Frisbee

Balligging

Normale ligging

Speel regels:

Speel volgens de richtlijnen van readygolf. Als je klaar bent dan mag je werpen.

Etiquette:

Help elkaar om snelheid te maken (bijvoorbeeld met de bunker aanharken of met zoeken).
Geef elkaar een hand aan het einde van de ronde en bedank elkaar voor het spelen.
Veiligheid:
Wacht met “afslaan/ werpen” tot je zeker weet dat je de flight voor je niet kunt raken.

Tips voor de begeleiders

1. Start op hole 1 de groep in flights van twee, drie of vier personen weg.
2. Als iedereen is weggestart dan loop je op naar de eerste flight. Onderweg coach je alle flights op readygolf.
3. Als je na drie holes doorspeelt, neem dan een (golf)tas mee met de benodigde materialen voor hole 4,5,6 (en zo nodig 7,8,9).

All sports battle Niveau 03 B
Padel-/Tennisgolf II

Doel van de training

Strokeplay, scorekaart invullen, aiming, releasen, readygolf.

Uitleg van de oefening

Speel drie holes individueel strokeplay Padel-/Tennisgolf. Start vanaf de oranje tee. Sla de bal met het racket in zo min mogelijk slagen op de green.

Speel met twee, drie of vier spelers in een flight. Nadat iedereen zijn eerste bal heeft geslagen, spelen we readygolf. Readygolf betekent dat je mag spelen als je klaarstaat. Zorg er wel voor dat je niet voor een medespeler uitloopt zodat je geraakt kunt worden door deze medespeler. Voordat je slaat  kijk je om je heen of het veilig is om te spelen.

Noteer het aantal slagen dat je nodig hebt om de bal stil te krijgen op de green op je scorekaart. Zorg dat je het aantal slagen van jouw medespeler noteert bij SPELER op jouw scorekaart. Noteer bij MARKER het aantal slagen dat jij nodig had.

Maak je een echte par dan schuif je een tee naar achter en speel je de volgende hole vanaf de rode tee.

Informatie baantraining

Benodigdheden.
Per leerling een padel- of tennisracket.

Waar starten?

Oranje tee.

Finish

Op de green.

Stokkeuze:

Padel- of tennisracket.

Balligging

Normale ligging

Speel regels:

Speel volgens de richtlijnen van readygolf. Als je klaar bent dan mag je afslaan. Als iedereen klaarstaat dan start de speler die het minst aantal slagen op de vorige hole had.

Etiquette:

Help elkaar om snelheid te maken (bijvoorbeeld met de bunker aanharken of met zoeken).
Geef een compliment aan je medespeler (bijvoorbeeld over een mooie bal die hij/zij ergens sloeg).
Veiligheid:
Wacht met “afslaan” tot je zeker weet dat je de flight voor je niet kunt raken. Speel je toch een bal in de richting van een medespeler, roep dan FORE (spelbegeleider helpt om even voor te doen wat je doet als de FORE geroepen wordt).

Tips voor de begeleiders

1. Als je moeite hebt met de materialen, vraag aan de kinderen of zij zelf een tennis/padelracket en een bal mee willen meenemen.
2. Als je na deze holes doorspeelt, neem dan een (golf)tas mee met de benodigde materialen voor hole 7,8,9.
3. De spelbegeleider kan bepalen dat we niet de green maar een greenside bunker spelen als “eindpunt”.

All sports battle Niveau 03 C
Dude Perfect, All Sport Golf Battle

Doel van de training

Tactiek (vooruitdenken), clubkeuze, aanpassingsvermogen, fun.

Uitleg van de oefening

Op hole 7 staat voor iedereen een ALL SPORTS GOLF BATTLE tas klaar.

* Frisbee, Padel-/tennisracket (en bal), voetbal, hockeystick, ijzer 7 en een putter.

Speel in een foursome drie holes all sports golf battle. Op de eerste afslag wordt bepaald wie er begint en met welk sportmateriaal het koppel begint. Daar waar speler A de bal/frisbee of voetbal laat eindigen, speelt speler B met een ander sportattribuut verder. Pas als alle sportmaterialen zijn gebruikt mag het eerste sportattribuut weer gebruikt worden. Let dus goed op welke materialen je als eerste kiest. Als de bal/frisbee of voetbal stilligt op de green dan speel je vanaf dit punt verder met de putter en golfbal totdat de bal in de hole zit. ( Op de green mag er alleen geputt worden).

Op de tweede hole start je weer met de keuze uit alle materialen.

Welk tweetal scoort het minst aantal slagen over drie holes?

Informatie baantraining

Benodigdheden.
Per tweetal: Frisbee, Padel-/tennisracket (en bal), voetbal, hockeystick, ijzer 7 en een putter.

Waar starten?

Oranje tee.

Finish

In de hole.

Stokkeuze:

Padel- of tennisracket, frisbee, voetbal, hockeystick, golfclub.

Balligging

Normale ligging

Speel regels:

Speel in viertallen (twee koppels van twee). Speel readygolf en houd rekening met de veiligheid. In principe start het tweetal dat aan de beurt is (op de tee of in de baan) maar als deze nog niet klaarstaat dan mag het andere tweetal in overleg alvast spelen.
Noteer het aantal pogingen van jouw koppel maar tel en schrijf ook het aantal pogingen van het andere tweetal.

Etiquette:

Help elkaar om snelheid te maken (bijvoorbeeld met de bunker aanharken of met zoeken).
Geef elkaar een hand aan het einde van de ronde en een compliment voor de mooiste bal/ worp/ slag die je van elkaar gezien hebt.
Veiligheid:
Wacht met “afslaan” tot je zeker weet dat je de flight voor je niet kunt raken. Speel je toch een bal in de richting van een medespeler, roep dan FORE (spelbegeleider helpt om even voor te doen wat je doet als de FORE geroepen wordt).
Tips voor de begeleiders

1. Als je moeite hebt met de materialen, vraag aan de kinderen of zij zelf per tweetal voor de benodigde materialen kunnen zorgen.
2. Bij gebrek aan materiaal, kan je uiteraard ook een uitgedunde versie spelen. bijv. voetbal. hockey en golf.