



## 01 PUTTEN + CHIPPEN

### LEEF TIJDS CATEGORIE: 6 - 9 JAAR



Trainingsduur: 60 minuten  
Locatie: Fairway en green

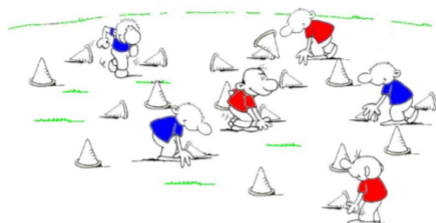
Door Pro  
en Begeleider

#### Organisatie

#### WARMING-UP

#### Wat gaan we doen

#### Wat leren we



**Materialen**  
4 hoekpionnen | 20 pionnen.

**Veldgrootte**  
30 meter X 30 meter.

**Locatie**  
Fairway.

#### Greenkeepers en hakkers

In een vierkant worden de kinderen in 2 teams verdeeld. De hakkers mogen met hun handen grasplaggen (pionnen) uit de grond slaan. De greenkeepers mogen de grasplaggen (pionnen) weer terugplaatsen. Hoeveel plaggen kunnen de hakkers binnen 20 seconden slaan?

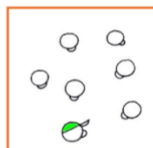
Moraal van het spel is dat de greenkeepers altijd verliezen en dus moeten de golfers de plaggen zelf terugplaatsen.

#### Variatie

De spelbegeleider roept 'FORE' = alle kinderen 7 seconden bukken.

Dat we de plaggen terug moeten plaatsen.

Dat we nooit alleen zijn op de golfbaan en dat we alert moeten zijn op rondvliegende ballen.



#### Organisatie

#### PUTTEN

#### Wat gaan we doen

#### Wat leren we



**Materialen**  
20 pionnen | per kind 1 putter, 1 tennisbal, 1 golfbal.

**Veldgrootte**  
20 meter X 15 meter.

**Locatie**  
Fairway | green.

#### Slalomput

Ieder kind probeert het parcours zo snel mogelijk af te leggen. De tennisbal blijft aan het clubblad plakken (drijven).

#### Variatie 1 (fairway)

Ieder kind probeert het parcours met tikjes af te leggen met een tennisbal.

#### Variatie 2 (fairway)

Speel het parcours in zo min mogelijk slagen met een tennisbal.

#### Variatie 3 (green)

Hetzelfde als variatie 2 maar dan op de green.

#### Grip

Het blad bepaalt de richting van het balletje.

#### Zwaailengte

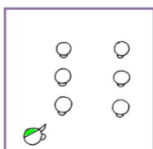
Hoe groter de zwaai des te verder de bal.

#### Aim

Mikken met het blad en de voetenstand.

#### Zwaailengte

Hoe korter het gras des te harder rolt de bal.



## 01 PUTTEN + CHIPPEN

### LEEF TIJDS CATEGORIE: 6 - 9 JAAR



Organisatie	CHIPPEN	Wat gaan we doen	Wat leren we
	<p><b>Materialen</b> 2 goaltjes   per kind 1 pitching wedge + ijzeren 7; 1 pion + clicka.</p> <p><b>Veldgrootte</b> 20 meter X 20 meter.</p> <p><b>Locatie</b> Rondom de green.</p>	<p><b>Penalty chippen</b> De kinderen staan minimaal 6 meter van het doel en minimaal 2 meter uit elkaar. Verdeel de groep in twee. Ieder groepje mikt met een ijzeren 7 in zijn eigen doel. De kinderen moeten tegelijkertijd proberen zoveel mogelijk ballen in het doel te chippen. Ieder kind krijgt 10 ballen. Welke groep heeft na 1 partijtje de meeste ballen in het doel?</p> <p><b>Variatie 1</b> Afstand vergroten. Nu bijvoorbeeld 11 meter.</p> <p><b>Variatie 2</b> Hetzelfde spel maar dan met een sandwedge.</p> <p><b>Variatie 3</b> Bouw een hindernis op waar de kinderen overheen moeten chippen. (Golftas, rijtje pionnen.)</p>	<p><b>Grip</b> Onder het midden vasthouden.</p> <p><b>Aim</b> Het clubblad staat haaks op het doel.</p> <p><b>Zwaailengte</b> Hoe groter de zwaai des te verder de bal vliegt en rolt.</p> <p><b>Balvlucht</b> Bal hoger = schuinere stok.</p> <p><b>Balvlucht</b> Als je het gras veegt onder de bal, gaat de bal vliegen.</p>
			

Organisatie	WEDSTRIJD	Wat gaan we doen	Wat leren we
	<p><b>Materialen</b> 20 pionnen   per kind 1 putter, 1 tennisbal, 1 golfbal.</p> <p><b>Veldgrootte</b> 20 meter X 15 meter.</p> <p><b>Locatie</b> Fairway   green.</p>	<p><b>Wedstrijdje</b> Maak tweetallen. Een kind put 10 ballen van buiten de green naar het doel en het andere kind chipt 10 ballen van buiten de green naar het doel. Nadat ieder kind 10 ballen gespeeld heeft, wordt de score genoteerd en wisselen de kinderen van techniek. Dan wordt hetzelfde spel gespeeld. Deze scores worden opgeteld.</p>	<p><b>Regel 6-6</b> Degene die wacht (marker) noteert de score van de speler.</p> <p><b>Etiquette</b> Oogcontact, tegenover elkaar in de veilige zone.</p> <p><b>Aim</b> Mikken met het blad en de voetenstand.</p> <p><b>Zwaailengte</b> Hoe korter het gras des te harder rolt de bal.</p>
			



## O2 PUTTEN + CHIPPEN

# LEEF TIJDS CATEGORIE: 6 - 9 JAAR



Trainingsduur: 60 minuten  
Locatie: Fairway en green

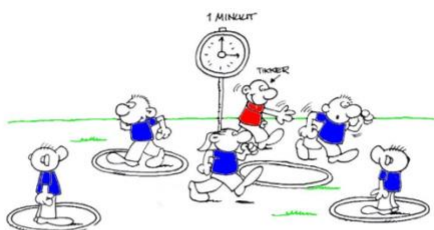
Door Pro  
en Begeleider

### Organisatie

### WARMING-UP

### Wat gaan we doen

### Wat leren we



**Materialen**  
4 hoekpionnen | voor elk kind 1 hoepel | tennisballen | putters.

**Veldgrootte**  
30 meter X 30 meter.

**Locatie**  
Fairway.

**Hoepeltje verwisselen**  
De kinderen staan bij de beginsituatie allemaal in een hoepel. De spelbegeleider geeft het startteken. Binnen 30 seconden moeten de kinderen zo vaak mogelijk van hoepel verwisselen. Een tikker probeert zoveel mogelijk kinderen, die buiten de hoepels zijn, te tikken. Hoeveel kinderen heb je binnen 30 seconden getikt?

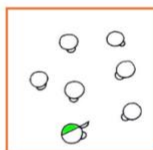
**Variatie 1**  
Dit spel kan ook met een putter en een tennisbal gespeeld worden. Als de tennisbal in de hoepel ligt, is het kind vrij en mag niet worden afgetikt.

**Veiligheid**  
Gebruik een kleine slinger (maximum kniehoogte) wanneer je dit spel met een putter en een tennisbal speelt. De putter met TWEE handen vasthouden.

**Grip**  
Het blad bepaalt de richting van het balletje.

**Zwaailengte**  
Hoe groter de zwaai des te verder de bal.

**Aim**  
Mikken met het blad en de voetenstand.

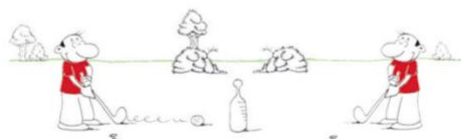


### Organisatie

### PUTTEN

### Wat gaan we doen

### Wat leren we



**Materialen**  
1 kegel en 1 golfbal per tweetal | per kind 1 putter, 1 tee.

**Veldgrootte**  
Puttinggreen.

**Locatie**  
Green.

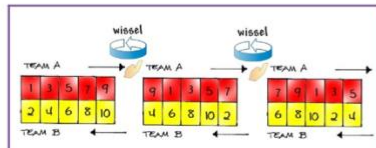
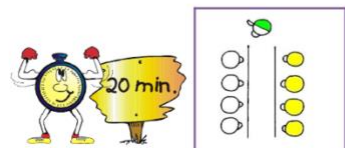
**Kegelputten**  
De kinderen starten 2 voetlengten van de kegel verwijderd. Ze staan tegenover elkaar en proberen allebei het kegeltje om te putten. Lukt dit dan prikt het kind de tee 1 voetlengte naar achteren en gaat van die nieuwe plek verder. Als het kind mist, dan blijft het op dezelfde plek staan. Na 2 minuten bekijkt de spelbegeleider wie het verst van de kegel is verwijderd.

**Variatie 1**  
Ieder kind heeft 3 golfballen. De kinderen putten om de beurt hun golfballen zo dicht mogelijk bij de kegel. Pas op! De kegel mag niet omvallen! Valt de kegel toch om, dan heb je meteen verloren. Het kind dat wint gaat 1 stoklengte naar achteren.

**Grip**  
Het blad bepaalt de richting van het balletje.

**Aim**  
Mikken met het blad en de voetenstand.

**Zwaailengte**  
Hoe groter de zwaai des te verder de bal.

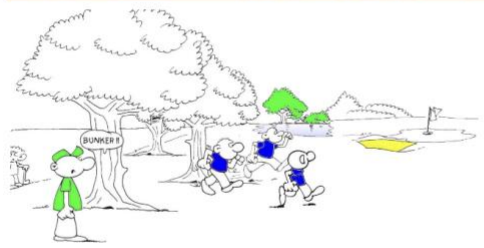


**03 PUTTEN + CHIPPEN**

**LEEF TIJDS CATEGORIE: 6 - 9 JAAR**

Trainingsduur: 60 minuten  
Locatie: Fairway (oefenhole) en green door Begeleider

**Organisatie WARMING-UP**



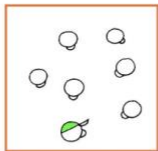
**Materialen**  
Een oefenhole (par 3).

**Wat gaan we doen**

**Ga naar...**  
De spelbegeleider en kinderen staan bij elkaar. De spelbegeleider noemt een hindernis of een ander onderdeel van een baan (green/tee-box/ballenwasser/etc.) op en de kinderen moeten daar zo snel mogelijk naartoe rennen. Het doel is nu de kinderen bewust te maken van hetgeen zich bevindt op een baan.  
De eerste twee kinderen die op de genoemde locatie zijn, krijgen 1 punt. Na 8 minuten stopt het spel. Wie heeft de meeste punten gehaald?

**Wat leren we**

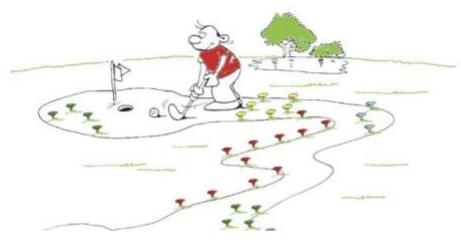
**ABC-golftermen**  
Hoe heet wat in golf.  
**Étiquette**  
Op de green wordt niet gered.  
  
Voetsporen in de bunker aanharken.  
  
Via de lage kant de bunker inspringen en uitstappen.  
  
Houd rekening met andere spelers (volume stem).



**Variatie 1**  
Na elk onderdeel kan de loopweg veranderen door te huppelen, te hinkelen, achterwaarts lopen etc.  
**Veiligheid**  
Let goed op andere groepen die op de baan bezig zijn.

**Veiligheid**  
'FORE'

**Organisatie PUTTEN**



**Materialen**  
Touw van 40 meter | per kind 1 putter, 1 golfbal.

**Veldgrootte**  
Puttinggreen.

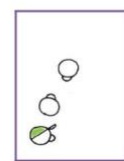
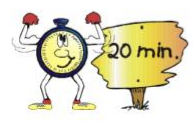
**Locatie**  
Green.

**Wat gaan we doen**

**Slingerputt**  
De kinderen moeten al puttend een parcours afleggen. Het parcours wordt afgebakend door een baan te maken van bijvoorbeeld een touw. Het touw is 'out of bounds'. Komt de bal buiten de baan, dan moet ook volgens de regels gehandeld en gedropt worden.  
Het parcours wordt gespeeld van afslagplaats (aangeven met tees) tot en met de hole. Wie haalt de laagste score?  
**Variatie**  
Maak 1 parcours/baan zelf en laat de kinderen een andere baan creëren.

**Wat leren we**

**Regel 27**  
Out of bounds.  
  
**Regel 17**  
Het bewaken van de vlaggenstok.  
  
**Etiquette**  
Niet op de putlijn lopen.



## 03 PUTTEN + CHIPPEN

# LEEF TIJDS CATEGORIE: 6 - 9 JAAR



Organisatie	Wat gaan we doen	Wat leren we
<p><b>CHIPPEN</b></p>  <p><b>Materialen</b> Per zone 4 pionnen   per kind 1 clicka, 1 ijzeren 7, 1 pion.</p> <p><b>Veldgrootte</b> 20 meter X 15 meter.</p> <p><b>Locatie</b> Rondom green.</p>  	<p><b>Chipzone</b> De kinderen staan achter een lijn (minimaal 5 meter van de green) naast elkaar. Elk kind heeft 20 ballen en staat bij een pion. Op de green zijn drie zones gemaakt. De spelbegeleider roept voor elke slag een zone af. De kinderen proberen vervolgens in die zone te chippen. Voor iedere volbrachte opdracht krijgen de kinderen 1 punt.</p> <p><b>Variatie 1</b> De spelbegeleider noemt een zone op en de kinderen mikken in desbetreffende zone. Wie heeft als eerste 3 ballen in die zone gespeeld?</p>	<p><b>Grip</b> Onder het midden vasthouden.</p> <p><b>Aim</b> Het clubblad staat haaks op het doel.</p> <p><b>Zwaailengte</b> Hoe groter de zwaai des te verder de bal vliegt en rolt.</p> <p><b>Balvlucht</b> Als je het gras veegt onder de bal, gaat de bal vliegen.</p> <p><b>Constantheid</b> Dezelfde afstand = dezelfde slingerlengte + hetzelfde tempo</p>

Organisatie	Wat gaan we doen	Wat leren we
<p><b>WEDSTRIJD</b></p>  <p><b>Materialen</b> Per zone 4 pionnen   per kind 1 clicka, 1 ijzeren 7, 1 pion.</p> <p><b>Veldgrootte</b> 20 meter X 15 meter.</p> <p><b>Locatie</b> Rondom green.</p>  	<p><b>Wedstrijdje</b> Maak tweektallen. Er wordt om de beurt gespeeld. De bedoeling is om de bal eerst in de 1<sup>ste</sup> zone te spelen, dan in de 2<sup>de</sup>, 3<sup>de</sup>, 2<sup>de</sup>, en als laatste de 1<sup>ste</sup> zone. Welk team heeft de minste ballen nodig om de opdracht te vervullen?</p> <p>Als je de zone haalt mag je naar de volgende zone. Haal je het niet dan moet je partner in dezelfde zone spelen.</p> <p><b>Variatie</b> Pas als beiden hun bal in dezelfde beurt in de gewenste zone spelen, mogen ze door naar het volgende vak. Welk team heeft de minste ballen nodig om de opdracht te vervullen?</p>	<p><b>Etiquette</b> Oogcontact, tegenover elkaar in de veilige zone.</p> <p><b>Aim</b> Mikken met het blad en de voetenstand.</p> <p><b>Zwaailengte</b> Je kunt bij elkaar afkijken hoe groot de slinger kan zijn om de bal in de zone te spelen.</p> <p><b>Etiquette</b> Als je aan de beurt bent, heb je je bal en stok al in je hand.</p>



## LEEF TIJDS CATEGORIE: 6 - 9 JAAR



Trainingsduur: 60 minuten  
Locatie: Fairway en green

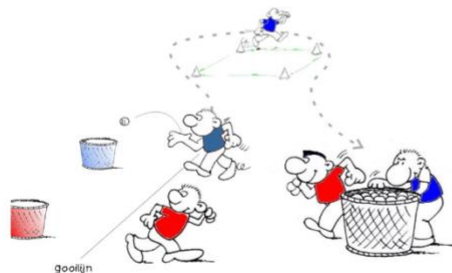
Door Pro  
en Begeleider

### Organisatie

### WARMING-UP

### Wat gaan we doen

### Wat leren we



#### Materialen

Voldoende tennisballen in 1 ton | 1 grote emmer per team | 8 pionnen.

#### Mik-en-ren

Het veld is verdeeld over twee teams. Iedereen heeft een bal. Van team 1 mikt een kind zijn bal in de ton. Is raak gooid, dan mag het kind een nieuwe bal uit de ballenton pakken. Wanneer het kind misgooit dan pakt het de bal op en rent een rondje. Welk team heeft de meeste punten binnen 2 minuten? Ieder team mikt op zijn eigen ton.

#### Coördinatie

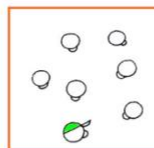
Links-rechts.

#### Gevoel

Afstand inschatten.

#### Concentratie

Gehaast te werk gaan betekent dat het ten koste van de tijd gaat.



#### Variatie 1

Gooi met je andere hand.

#### Variatie 2

Gooi zijwaarts, zoals golf.

#### Veiligheid

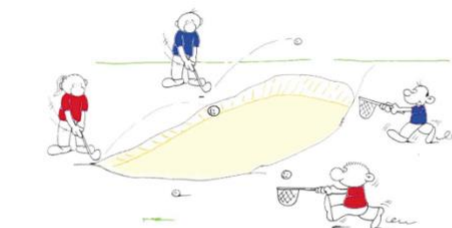
Ren in één richting om het vierkant!

### Organisatie

### PITCHEN

### Wat gaan we doen

### Wat leren we



#### Materialen

Foamballetjes | per kind 1 pitching wedge, 1 pion | 1 vangnet.

#### Veldgrootte

Maximaal 20 meter diep.

#### Locatie

Rondom bunker.

#### Pitch-en-catch

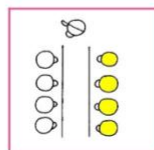
Twee kinderen staan tegenover elkaar en vormen 1 team. Tussen hen in ligt een bunker. Kind A speelt de bal over de bunker en kind B moet de bal opvangen. Het vangen gebeurt met een vangnetjes (pion of pet). Wanneer kind B de bal vangt krijgt het tweetal 1 punt. Na 10 keer spelen wisselen de kinderen van plaats. De ballen die gevangen worden, worden in een hoepel gelegd. Welk team heeft de meeste punten?

#### Grondvormen bewegen

Bal-oog-handcoördinatie.

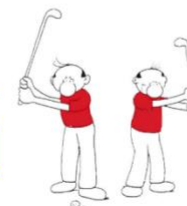
#### Zwaailengte

Grotere slinger door middel van polsknik.



#### Oefenvorm

In de top van de achterzwaai een 'L'.



In de doorzwaai een omgedraaide 'L'.





## 03 PUTTEN + FULL SWING

### LEEFTIJDSCATEGORIE: 10 - 13 JAAR



Trainingsduur: 60 minuten  
Locatie: Drivingrange en green

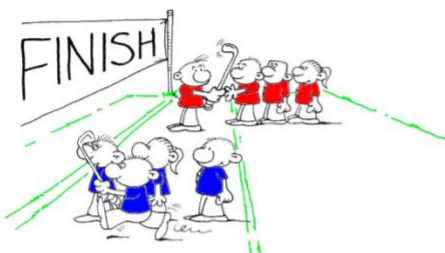
Door Pro  
en Begeleider

#### Organisatie

#### WARMING-UP

#### Wat gaan we doen

#### Wat leren we



**Materialen**  
2 ballen of stokken.

**Veldgrootte**  
20 X 20 meter.

**Locatie**  
Drivingrange of grasveld.

#### Baldoorgeefspel

De kinderen staan in een rij. De stok of bal wordt van voren naar achteren doorgegeven. De achterste rent naar voren en geeft de stok of bal weer door naar achteren. Welk team is het eerst aan de overkant? Je mag alleen lopen als je de stok of bal naar voren brengt.

#### Variatie 1

De stok of bal linksom/rechtsom doorgeven.

#### Variatie 2

Met twee handen aan de stok of bal doorgeven.

#### Variatie 3

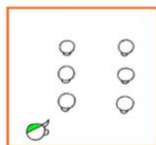
De stok of bal boven het hoofd doorgeven | de stok of bal onder de benen door doorgeven.

#### Variatie 4

Het achterste kind kan slalom tussen de kinderen naar voren rennen.

**Coördinatie**  
Links-rechts.

Draaien van de romp.

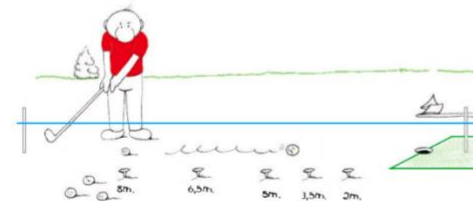


#### Organisatie

#### PUTTEN

#### Wat gaan we doen

#### Wat leren we



**Materialen**  
Per kind 1 putter, 5 ballen, 5 tees | krijgt om de zone te markeren | 1 dun touw | 2 haringen.

**Locatie**  
Green.

#### Oefenvorm

Span een touw over het midden van de hole. Zet tees op de afstanden 2 meter, 3,5 meter, 5 meter, 6,5 meter en 8 meter van de hole. Per afstand put het kind 5 ballen naar de hole. Leg de ballen iedere keer onder het touw.

De zone bij de hole (groene vlak) is 1,5 bij 1,5 meter. Hoeveel ballen kun je in die zone spelen?

#### Variatie

Doe deze oefening met alleen de linkerhand.

De bal ligt hier aan de buitenkant van de linkervoet.

Doe deze oefening met alleen de rechterhand.

De bal ligt hier aan de binnenkant van de rechtervoet.

Doe deze oefening met beide handen.

De bal ligt hier links van het midden.

#### Afstand

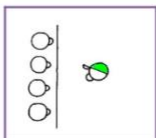
Gevoel voor afstand creëren.

Aanvallend putten.

In andere woorden: voorbij de hole.

#### Grip

Zie template.

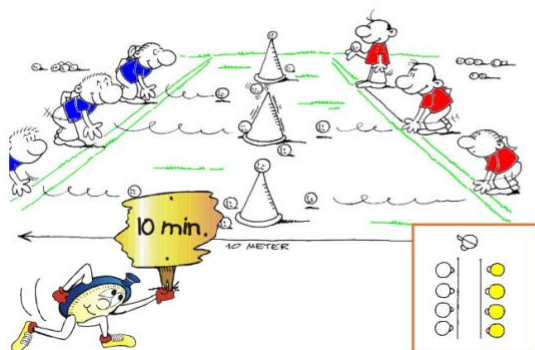


## Organisatie

## WARMING-UP

## Wat gaan we doen

## Wat leren we



### Materialen

4 hoekpionnen | tennisballen | golfballen | gekleurde golfballen/tennisballen | 10 pionnetjes waar een bal op kan.

### Veldgrootte

30 meter X 30 meter.

### Locatie

Grasveld of green.

### Kegelmikken

Twee teams staan tegenover elkaar. Ieder team probeert van achter de lijn de bal onderhands te rollen om zo de kegel te raken. Op de kegel ligt een gekleurde bal die er dan af zal vallen. Welk team krijgt de meeste ballen van de kegels gerold?

### Variatie

Bouw een hindernis (tas of net) voor de kegels waar de kinderen overheen moeten gooien.

Scoren met een hoge bal is moeilijker dan scoren met een lage rollende bal.

Dus: chip is gemakkelijker dan pitch!





## 09 PUTTEN + PITCHEN

### LEEFTIJDSCATEGORIE: 10 - 13 JAAR



Trainingsduur: 60 minuten  
Locatie: Fairway en green

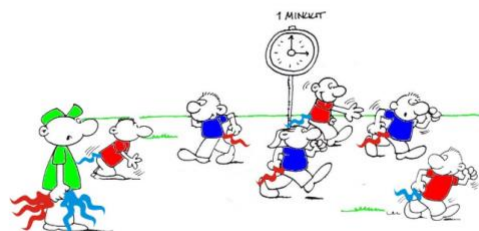
door Begeleider

#### Organisatie

#### WARMING-UP

#### Wat gaan we doen

#### Wat leren we



**Materialen**  
4 hoekpionnen | 40 lintjes.

**Veldgrootte**  
40 meter X 40 meter.

**Locatie**  
Grasveld.

#### Staarttikkertje

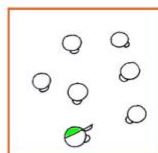
Iedereen heeft een lintje (stukje stof). Dit stop je achterin je broekriem, maar wel zo dat steeds  $\frac{3}{4}$  van het lintje zichtbaar is. Probeer zoveel mogelijk lintjes van anderen af te pakken. Is je lintje afgepakt, ga dan direct bij de spelbegeleider een nieuwe halen. Wie heeft de meeste lintjes na 1 minuut?

#### Variatie

Twee teams tegen elkaar laten spelen. Elk team heeft een eigen kleur lintje. Welk team heeft na 3 minuten spelen de meeste lintjes van de tegenpartij veroverd?

Lekker rennen.

Snel reageren.

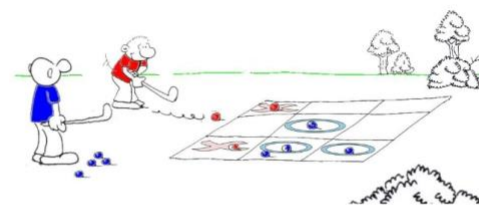


#### Organisatie

#### PUTTEN

#### Wat gaan we doen

#### Wat leren we



**Materialen**  
Per kind, 1 putter | 10 dezelfde gekleurde golfballen | krijt (voor het maken van de vakken).

**Veldgrootte**

**Locatie**  
Green.

#### Boter-kaas-en-eieren

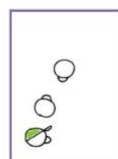
Maak vierkantjes (bijvoorbeeld van touw) op de green. Drie naast elkaar en drie onder elkaar. De kinderen staan op 4 meter van de vierkantjes. Laat de kinderen om de beurt proberen hun bal in een vierkantje te putten. De bedoeling is drie ballen op een rij te krijgen. Heeft het kind een vakje veroverd, dan is dat vakje voor dat kind en dit blijft ook zo, zelfs al speelt de tegenstander zijn bal in datzelfde vakje. De speeltijd is maximaal 3 minuten. Er wordt gespeeld volgens het move-up/move-down systeem.

#### Controle

Afstand leren inschatten.

Leren richten.

Scoren op het juiste moment.





## 13 PITCHEN + FULL SWING

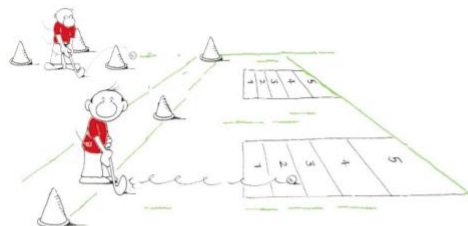
### LEEFTIJDSCATEGORIE: 10 - 13 JAAR

Trainingsduur: 60 minuten  
Locatie: Fairway en par-3

door Begeleider



#### Organisatie



##### Materialen

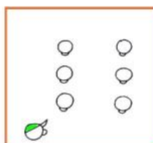
Elk team heeft 12 pionnen |  
1 tennisbal en 1 golfbal |  
ijzeren 7.

##### Veldgrootte

30 meter X 30 meter.

##### Locatie

Grasveld.



#### Wat gaan we doen

##### Estafettechip

Er worden twee teams gevormd van gelijke aantallen. Het eerste kind van ieder team chipt al slalomend de bal naar de startlijn. Daar aangekomen, legt het kind de bal voor de lijn en chipt de bal naar de vakken. Vervolgens moet het kind zijn eigen bal oprapen en meenemen naar de groep waar het kind de stok en bal doorgeeft aan de volgende speler.

Welk team heeft na 1 minuut de meeste punten gehaald?

Welk team haalt na 2 beurten de meeste punten?

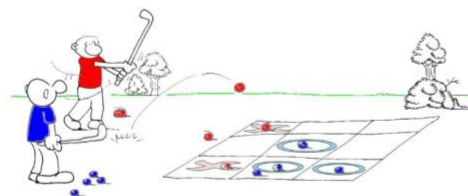
Het team mag pas stoppen als het 30 punten gehaald heeft.

#### Wat leren we

Als je risico neemt en probeert voor de maximale punten te gaan, heb je meer kans om 'out of bounds' te slaan.

Speel alles of niets of kort en veilig.

#### Organisatie



##### Materialen

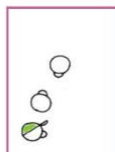
Per team 1 wedge | elk kind heeft een clicka met zijn eigen kleur golfballen.

##### Veldgrootte

65 meter X 15 meter.

##### Locatie

Fairway, par-3.



#### Wat gaan we doen

##### Drie op 'n rij

De kinderen spelen tegen elkaar, 1 tegen 1. Er gelden dezelfde regels als bij 'boter-kaas-en-eieren'. De kinderen spelen om beurten (ieder met zijn eigen kleur golfballen). De eerste bal die in een vak ligt, telt. Mocht van de tegenstander een bal in hetzelfde vak komen, blijft het vak van de ander. Wie heeft het eerst 3 ballen op een rij?

De vakken zijn 5 meter bij 5 meter. De afstand tot aan de vakken kan variëren van 30, 40, of 50 meter. Het spel kan gespeeld worden op een fairway of op een par-3 baan. Dan kunnen de kinderen in hun eigen tempo door blijven werken. Speel volgens het move-up/move-down systeem.

#### Wat leren we

##### Techniek

Controle van de gebruikte techniek. Zie template.

Wedstrijdelement. Blijven scoren onder druk.

Blijf vasthouden aan de pre-shotroutine, i.v.m. goede uitvoering van de slag.

Afstand inschatten.

Richten (spot zoeken).



## 16 FULL SWING, HOUT

### LEEFTIJDSCATEGORIE: 10 - 13 JAAR

Trainingsduur: 60 minuten

door Pro

Locatie: Dr. range en rondom green en Begeleider

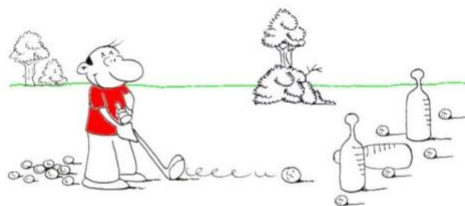


#### Organisatie

#### WARMING-UP

#### Wat gaan we doen

#### Wat leren we



##### Materialen

Elk kind heeft 1 clicka met golfballen | 1 hout | 3 kegels.

##### Veldgrootte

30 meter X 30 meter.

##### Locatie

Rondom de green.

##### Kegelputten met hout

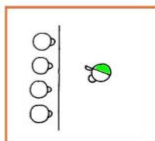
De kinderen staan op 10 meter afstand van de kegels. Ieder kind krijgt 3 kegels die het op volgorde moet omputten met golfballen. Hoeveel ballen heb je nodig om de drie kegels om te slaan? Na 20 ballen wordt gestopt.

De ballen worden op de 'apron' gelegd of op het randje van 'semi-rough' en 'apron'.

Chippen met hout.

Wanneer doe je dit.

Richten met hout (kijk naar het bovenste randje van het clubhoofd).





## 17 PITCHEN + FULL SWING

### LEEFTIJDSKATEGORIE: 10 - 13 JAAR

Trainingsduur: 60 minuten  
Locatie: Drivingrange en par-3

door Begeleider



#### Organisatie WARMING-UP



**Materialen**  
1 target (of een grote bull's-eye maken) | pitching wedge | golfballen | putter.

**Veldgrootte**  
30 meter X 30 meter.

**Locatie**  
Rondom een green.

#### Wat gaan we doen

##### Pitch ze eruit

Er worden twee teams gevormd van gelijke aantallen. Team A probeert zoveel mogelijk ballen vanaf 6 voet in de hole te putten (1 putt). Team B pitcht (chipt) ballen in de target. Als team 'B' 10 ballen in de target heeft gespeeld, stopt de tijd. Hoeveel ballen heeft team A in deze tijd uit kunnen holen.

##### Variatie 1

De tijd stopt als team A 20 ballen heeft uitgeholed. In dit geval vragen we: "Hoeveel ballen heeft team B in de target?"

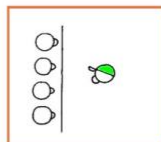
##### Variatie 2

De tijd stopt als elk kind van team A 5 ballen heeft uitgeholed. Ook hier vragen we: "Hoeveel ballen heeft team B in de target?"

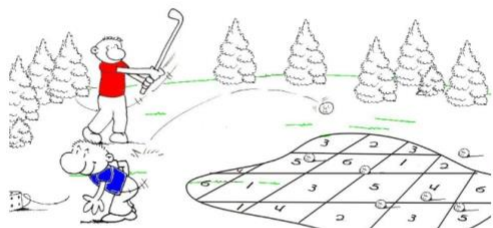
**De spelleider moet hardop de score bijhouden van het team dat moet scoren.**

#### Wat leren we

Scoren onder tijdsdruk.



#### Organisatie PITCHEN



**Materialen**  
1 pitching wedge | per kind één kleur ballen | touw | pionnen | scorekaartje | dobbelsteen.

**Veldgrootte**  
65 meter X 20 meter.

**Locatie**  
Fairway, par-3.

#### Wat gaan we doen

##### Landenspel

De kinderen spelen dit spel 1 tegen 1. Teken 12 vakken op een papier. Elk vak stelt een ander land voor. Schrijf in elk land een nummer van 1 tot en met 6. De kinderen gooien met de dobbelsteen. Beiden gooien bijvoorbeeld 2. Nu moeten ze beiden proberen in zone 2 te pitchen. Het kind dat zijn opdracht heeft uitgevoerd, noteert dit en gooit vervolgens weer met de dobbelsteen. Net zolang totdat je alle landen veroverd hebt. Wie heerst als eerste over de meeste landen?

Probeer de vakken ongeveer 5 meter x 5 meter te maken.

##### Opmerking

De kinderen blijven net zo lang dobbelen totdat ze het nummer van een vrij land dobbelen.

##### Tip

Als elk kind zijn eigen kleur golfballen heeft, dan kunnen meerdere koppels naar de green spelen.

#### Wat leren we

##### Techniek

Controle van de preshot-routine. Zie template.

Doordat het pitchen naar dezelfde afstand iedere keer wordt onderbroken, door het dobbelen of het noteren van de score, komt het kind niet in een gemakkelijk herkenbaar ritme (gevoel voor afstand).

Dit komt met de realiteit overeen.

