

# ASSOCIATION GYMNASTIQUE VOLONTAIRE - Section Golf

## Formule spéciale : reprise des fondamentaux du golf

*S'adresse aux joueurs/joueuses ayant déjà une expérience du golf*

### Objectifs :

Reprise des fondamentaux du golf pour remise à niveau :

>> Après une interruption de plusieurs années ;

>> Consolider une carte verte récente.

**Adhésion** : inscriptions salle de la Falquette – St Cyr sur Mer

>> mardi 3 sept et mercredi 4 sept 2024 – 9h/12h et 15h/18h

**1/ Formule Golf seulement : 73 €** - chèque à l'ordre de ASSCGV

**2/ Formule Gym+Golf : 130 €** (dossier à télécharger sur le site [gym.saintcyr-surmer.fr](http://gym.saintcyr-surmer.fr))

### Stages :

**1/ Encadrement** : Les pros de l'école de golf de Frégate : Gilles Potheau et Quentin Lemoine

**2/ Sessions** : 1<sup>ère</sup> session de 3 mois : oct-nov-déc 2024

>> 2 sessions supplémentaires possibles en 2025 (janv-mars et avril-juin)

>> **Tarif forfaitaire stage : 288€ pour 12 leçons collectives - 1h/semaine** (soit 24€/cours)

>> **Paiement** : chèque à l'ordre de ASSCGV en début de stage.

>> **Nombre de stagiaires par créneau** : de 4 (min) à 6 (max) personnes

>> **Jours et horaires** : renseignements par mail à l'adresse [83micheleperrin@gmail.com](mailto:83micheleperrin@gmail.com)

### Matériel :

>> possibilité de prêt gratuit (avec caution) – 5 clubs : sandwedge - fers 9 et 7 - bois 5 ou 3 - putter

### Pour Jouer : Green fees :

**1/ Tarifs GV (jusqu'au 31/12/2024)** : Frégalon carnet de 5 + 1 offert = 189 €

**2/ Achat des green fees** : Commandes par mail à l'adresse [83micheleperrin@gmail.com](mailto:83micheleperrin@gmail.com)

**3/ licence golf** : obligatoire pour jouer sur Frégalon

>> 2 tarifs au choix : sept-déc 2024 ou sept 2024/déc 2025 (cf accueil du golf)

### Pour s'entraîner : Balles de practice :

- Pendant les cours, balles offertes par les pros
- En dehors des cours : **Tarif préférentiel sur les seaux de balle**
- 2 seaux = 6 € puis tarif dégressif : 5s = 15€ - 10s = 24€ - 20s = 49€ - 30s = 60€ - 50s = 91€