

## ZIELGRUPPE:

Golf-Lehrer, Golf-Trainer, Golf-Pros, Golf-Instructor

## ZIELE DER AUSBILDUNG:

Aufbauend auf der Golflehrer- oder Golftrainerausbildung werden die Teilnehmer auf den neuesten wissenschaftlichen Stand der Golfbiomechanik gebracht. Die Schulung in der Free-Release-Methode® zeigt Ihnen, wie es gelingt, den Schüler in eine ideale Schwung-Balance zu bringen. Außerdem werden Sie in die Lage versetzt, biomechanisch nachteilhafte Schwungmuster und Disbalancen als Bewegungsfehler zu erkennen und diese korrigieren zu können. Durch gezielte Einzelübungen und das Training exemplarischer Lehrproben wird Ihr Verständnis der biomechanischen Abläufe beim Golfschwung erweitert. Wir werden Ihnen außerdem zeigen, wie Sie mit den ganzheitlichen und teilmethodischen Lehrwegen der FREE-RELEASE-Methode® bei der Unterrichtung Ihrer Schüler in erheblich kürzerer Zeit wesentliche Fortschritte beim Erlernen und der Verbesserung des Golfschwungs erreichen.

## INHALTE DES FORTBILDUNGSKURSES

### Einheit 1 (3-Tage sportmedizinische Weiterbildung):

#### Theorie Tag 1, 2, 3:

- Wie sieht die neueste Golf-Trainer-Generation aus?
- Theoretische Einführung in die **motorischen und biomechanischen Abläufe der Golfschwungbewegung**
- neueste Forschungserkenntnisse über die Belastungen des Bewegungsapparates beim Golfschwung
- Lösungswege zu Belastungsreduktionen beim Golfschwung
- Biomechanische Grundlagen der Free-Release Schwung-Methodik
- Entwicklung von Musterlehrproben
- Aufbau von Gruppenschulungen
- Marketing

#### Umsetzung und praktisches Training

- Heranführung an die FREE-RELEASE Golfschwung-Methode
- Entlastungswirkungen und Balance-Kontrolle
- Training nach dem FREE-RELEASE Navigationssystem
- Übungen im Bewegungssehen und der Fehleranalyse
- Bewusstseins-schulung für motorische Abläufe, äußere und innere Wahrnehmung
- Vorgehensweise bei Fehlerbehebung zu Kopfhaltung, Rückschwungarm, Rückschwungtempo und laterale Hüftbewegung
- Teilmethodische Übungen zur aktiven Bearbeitung
- Teilmethodische Übungen zur Balance
- Üben von Lehrproben FREE-RELEASE-Methode®
- Technikanalyse mit Messsystemen:
  - Einsatz von Doppler-Radar und Video-Analyse
  - Gegenüberstellung und Analyse der Messwerte im Hinblick auf Körperbalance und Disbalance bei unterschiedlichen Schwungmethoden
  - Zusammenhänge zwischen Körperbalance und Gelenkentlastung
  - Messungen der Schlägerkopfgeschwindigkeit bei unterschiedlichen Schwungmethoden
- Praktisches Arbeiten mit dem FREE-RELEASE Gesamtsystem:
  - motorische Übungen für das Training der aktiven Bearbeitung
- Arbeiten mit dem Balance Check



Kurs Golf-Biomechanic-Pro

### Prüfung Tag 3:

- 30 Prüfungsfragen (teilweise mündlich in der Gruppe)

### Einheit 2 (1 Tag One-To-One Training):

- intensives Technik-Training der FREE-RELEASE-Methode  
- 1 Lehrprobe (Vorbereitung als Hausarbeit)

## REFERENTEN / AUSBILDER TEAM:

### Auszug aus unserem Ausbilder-Team:

Dr. med. Hans-Joachim Rist, Frank Drollinger (#1 Biomechanics), Dr. med. Hans-Christoph Bosch, Dr. med. Dietmar Göbel, Dr. med. Hans-Joachim Patzak, Dr. med. Wolf Nickel, Dr. med. dent. Rolf Hönes, Cristina Hacker Ernährungsberatung, Prof. Dr. Ansgar Thiel, Klaus Weber (Sportpädagogie), Thomas Klingenberg Dipl.-Sportwissenschaftler, Bernd Haas Golf-Personal-Trainer, Ulrich Mößlang zert. Sport-Optiker, Dr. med. dent. Thomas Rosner, Cory McKim (PGA USA), Benjamin Abrams (PGA USA), u. a.

Die jeweiligen Referenten und Ausbilder werden Ihnen vor Kursbeginn mit dem Anschreiben „Kursinformationen“ mitgeteilt.

## MITZUBRINGEN SIND:

eigene Golfausrüstung, golfgerechte Kleidung, Golfhandschuh nicht vergessen!



Kurs Golf-Biomechanic-Pro

## WANN UND WO?

Der 3-Tageskurs findet in der Regel 3-4 mal pro Jahr statt. Die aktuellen Termine finden Sie auf unserer Homepage für Kurse ([www.golf-biomechanic-academy.com](http://www.golf-biomechanic-academy.com)) beim jeweiligen Kurs unter der Rubrik Termine oder auf dem aktuellen Anmeldefax.

**Veranstaltungsort Inland** (falls nicht anders angegeben): **GOLF-BIOMECHANIC-ACADEMY** by Frank Drollinger nach der FREE-RELEASE-Methode® Pforzheim, Stuttgart oder München oder je nach dem jeweiligen Veranstaltungstermin

## KURSBEGINN:

### Einheit 1:

richtet sich nach den festgelegten Terminen für den 3-Tages Kurs der Golf-Medical-Coach Fortbildung (hier stehen immer 3-4 Termine pro Jahr zur Auswahl)

### Einheit 2:

nach individueller Terminvereinbarung oder direkt im Anschluss an Einheit 1

## LEISTUNGEN:

Referenten, Seminarräume, Übungseinrichtungen, Pressefoto, Seminarunterlagen, Prüfungsgebühr, Urkunde GOLF-BIOMECHANIC-PRO, Range-Bälle & Driving-Range-Gebühren werden extra abgerechnet und richten sich nach den jeweiligen Gebühren des Veranstaltungsortes, Verpflegung ist in den Seminargebühren nicht enthalten.

### ■ VORTEILE DIESER WEITERBILDUNG:

Zusammenarbeit mit Ärzten und international anerkannten Forschungsteams auf dem Gebiet der Biomechanik.

### ■ VORTEILE IM TRAINING MIT KUNDEN:

Chancen Nutzen und Nischen besetzen. Punkten Sie mit dem besten Golf-Rezept und bieten Sie Ihrem golfenden Kunden die bestmöglichen Lösungen an.

## WER TEILNEHMEN KANN:

Alle Mitglieder der PGA, GGTF, Trainer nach DGV, Golfer ab HC -6, Golf-Lehrer, Golf-Pros, Golf-Trainer, Golf-Instructor

## URKUNDEN:

Urkundliche Zertifizierung zum GOLF-BIOMECHANIC-PRO Vorbeugung • Therapie • Leistungssteigerung nach der FREE-RELEASE-Methode

## TITEL: (Nach erfolgreichem Abschluss der Prüfung)

GOLF-BIOMECHANIC-PRO Vorbeugung • Therapie • Leistungssteigerung nach der FREE-RELEASE-Methode®

## FORTBILDUNGSGEBÜHREN:

**3.315,00 €** für den 4-Tageskurs (inkl. MwSt.)

zzgl. Lizenzgebühr für das 1. Kalenderjahr gratis

Lizenzgebühr p.a. 120,00 € fällig ab 1.1. des



(Range-Schild zzgl. 50,00 €)

## KOMBINIERBAR MIT:

■ LEISUNGSDIAGNOSTIK/STOFFWECHSEL-ANALYSE

## HOTEL:

Hotelempfehlungen für die unterschiedlichen Veranstaltungsorte werden regelmäßig durch unsere Kundenerfahrungen aktualisiert. Diese finden Sie bei den jeweiligen Kursen auf unserer Homepage. Als Ergänzung erhalten Sie nach Ihrer Anmeldung per E-Mail eine Liste der aktuellen Hotel-Tipps.

## ANMELDUNG:

Bitte anmelden per Anmeldeformular ①

Bei Fragen können Sie uns gerne kontaktieren unter:

sekretariat@free-release.com oder telefonisch unter: +49 (0) 7235 - 980 300



Kurs Golf-Biomechanic-Pro