

# GOLF-MENTAL-COACHING nach der FREE-RELEASE-Methode®

(beseitigt langfristig auch Ihre Ängste vor Schmerzen und Verletzungen)



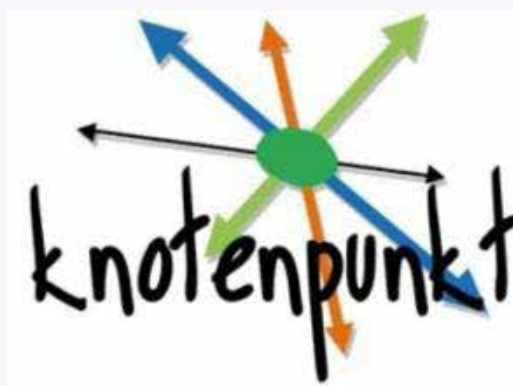
## ZIELGRUPPE:

Golfer aller Handicap-Klassen, Hobby & Freizeitgolfer, Leistungsgolfer, Tour Spieler

## ZIEL DER AUSBILDUNG:

- „Kopf – Körper – Schläger – Ball - Verbindung programmieren
- Moderne Bewegungsprinzipien verstehen
- Visualisieren von Bewegungseinheiten
- Kopf-Kino erarbeiten
- Stärken des Selbstbewusstseins vor und während des Bewegungsprozesses
  
- Kognitive Sicherheit bei der Umsetzung von Golfschwüngen
- Bewegungs-Aktion und Körper-Schlägerblatt-Reaktion verstehen lernen
- Teilmethodische Bewegungselemente umsetzen
- Wiederholbarkeit von guten Schlägen
  
- hohe Ball-Impact-Qualität
- Verbesserung der Ziel-Präzision
- Verbesserung der Driving-Accuracy (Fairway-Treffer-Quote)
- Verbesserung von Greens in Regulation (Grün-Treffer-Quote)
- neurologische Schwung-Programmierung (Abrufen von Kopf-Bewegungs-Befehlen)
- Wechsel von Overuse- zu Natural-Motion-Biomechanik
- Vereinfachung der Bewegungs-Schwierigkeit um den Faktor 4
- Beschleunigung der Lerngeschwindigkeit um den Faktor 4
- Schulung in Bewegungs- und Fehler-Analyse
- Arbeiten mit visueller Selbstkontroll-Analyse-Software
- Wechsel zu sinnvollem Training, mit ständigem Verbesserungs-Prozeß
- Arbeiten mit personalisiertem Leistungs-Kontroll-System

- personalisiertes, motorisches Athletik-Training (minimaler Aufwand)
- mehr Spaß am Spiel



## REFERENZEN:

**Florian Patzak, HCP 4,8:** „Jetzt habe ich meinen idealen Schwung gefunden. Jetzt ist mein Schwung nicht nur viel besser, sondern laut meinem Vater Dr. med. Achim Patzak im Gegensatz zu früher auch gesundheitlich im grünen Bereich“

**Thorben Scharnhorst, HCP 4,1:** „Aus einer Disbalance konnte Frank Drollinger eine Balance im Set-Up, Rückschwung bis zum Ballimpact herstellen. Zudem wurde meine Zielpräzision und die Energieübertragung verbessert. Ein geniales Training.“

**Rolf-Martin Schlichtenbrede, HCP 8,6:** „Das Training mit Frank ist logisch, wiederholbar und wirkt innerhalb kürzester Zeit. Ich war bereits zum zweiten Mal in Birkenfeld und komme auf jeden Fall wieder.“

**Dr. Robert Ney, HCP 13,6:** „Ich war schon überall zum Golfschwung-Training -mit Frank Drollinger habe ich die #1 unter allen Trainern getroffen. Biomechanisch verständlich, einfach umzusetzen, jederzeit wiederholbar und sehr effektiv. Chapeau bas!“

## REFERENTEN / AUSBILDER TEAM:

Frank Drollinger (#1 Biomechanics, GOLF-MENTAL-COACH FREE-RELEASE)

## MITZUBRINGEN SIND:

eigene Golfausrüstung, golfgerechte Kleidung,  
eigene Golfschuhe, (FREE-RELEASE Golfschuhe werden  
leihweise gestellt), Golfhandschuh nicht vergessen!

## WANN UND WO?

**Termine** nach individueller Terminvereinbarung

**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:

**Kursbeginn nach individueller Zeitabsprache**

## LEISTUNGEN:

Mental-Training-Intensiv, biomechanische und neurologische  
Golfschwung-Programmierung 4.0 Fusion mit Frank Drollinger,  
Motorik-Training-Intensiv, Athletic-Training, Messungen mit Flight-  
scope – Radar & Video-Analyse o.a, **ausführliche schriftliche  
Schwung-Plan-Beschreibung von Set-Up bis Finish**, Stret-  
ching-Übungen zur Steigerung Ihrer eigenen Flexibilität und  
Beweglichkeit. Range-Bälle & Driving-Range-Gebühren werden  
extra abgerechnet und richten sich nach den jeweiligen Gebühren  
des Veranstaltungsortes, Verpflegung ist in den Seminargebühren  
nicht enthalten.

## WER KANN TEILNEHMEN:

Golfer aller Handicap-Klassen, Hobby & Freizeitgolfer,  
Leistungsgolfer, Tour Spieler

## FORTBILDUNGSGEBÜHREN:

**EXKLUSIV-COACHING** mit Frank Drollinger:

**ab 3 UE** à 50 min.

**Kursgebühr: ab 540,00 €**

2. Person 50% Nachlass

**3-Tage Intensiv - Coaching** (3 x 3 UE á 50 min.)

verteilt auf 3 aufeinanderfolgende Tage **Kursgebühr: 1.620,- €**

2. Person 50% Nachlass

**6-Tage Intensiv - Coaching** (6 x 3 UE á 50 min.)

verteilt auf 6 aufeinanderfolgende Tage **Kursgebühr: 3.240,- €**

2. Person 50% Nachlass

**8 Tage Golf-Coaching-Reise mit Frank Drollinger  
zu Ihrem Wunsch-Reiseziel**

(ca. 7 UE à 50 min. / Tag - an 6 Tagen)

**Kursgebühr Ihres gewünschten Reiseziels auf Anfrage**

Aufgrund der zahlreichen individuellen Golf-Mental-Coachings,  
die von uns durchgeführt werden, sind Einzel-Coaching-Termine  
nur nach Vereinbarung möglich.

## Auf Bestellung (optional):

biomechanisches gesundes Custom Club Schlägerfitting nach der  
FREE-RELEASE-Methode“ inkl. Ausarbeitung Datenblatt: Fitting-  
gebühr: **195,- €** (Terminanmeldung erforderlich)

## KOMBINIERBAR MIT:

- EHRlich GESUNDES CUSTOM MADE CLUB-FITTING
- LEISTUNGSDIAGNOSTIK
- STOFFWECHSEL-ANALYSE



## HOTEL FÜR INNLANDSKURSE:

Hotelempfehlungen für die unterschiedlichen Veranstaltungs-  
orte 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.

## HOTEL FÜR AUSLANDSKURSE:

Ihr Hotelwunsch auf Anfrage

## ANMELDUNG:

Bitte anmelden per Anmeldeformular 

Bei Fragen können Sie uns gerne kontaktieren unter:

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

