

Rekvisitliste til Juniortræning i golf

Basisopvarmning

- Golfjern

Intro

- Kegler
- Flag
- Combihæk (noget der markerer start og mål)
- Stolpe (eller andet der kan anvendes som balancebom)
- Sjippetove
- Sække/reb
- Stor blød bold
- Langt reb
- Frisbee'er
- Ærteposer
- Fodbold (en øvelse med en bold pr. junior)
- Swiss Ball eller anden stor bold
- Range bolde
- Golsæt
- Tees
- Tovtrækningsreb
- Snagjern
- Tennisbold
- Buggy

Golføvelser

- Golsæt
- Golfbolde
- Tees
- Pinde (fx blomsterpinde)
- Bag
- Kegler
- Sticks

Outro

- Golsæt
- Golfbolde
- Kegler
- Rangebolde
- Reb
- Kroketspil
- Tre ensfarvede golfbolde pr. juniorer