

## **Heldag – Fokusträning för golf, bla med yoga**

Ledig dag från jobbet! Unna dig själv en härlig dag i vår vackra Öijaredsmiljö tillsammans med en vän/väninna/partner. Lär dig mer om dig själv, din kropp och vilka verktyg du har för att påverka dina tillstånd på banan.

**När?** tisdag 1 maj (röd dag)

**Tid?** Kl 09.00-15.00

**Var?** Öijared. Samling klubbhuset 09.00.

**Vem?** Du som vill bli bättre på att ha rätt fokus under golfrundan.

**Pris?** 995 kr/person , inkl golf & yoga-träning, föredrag & fika\*

**Betalning** I Öijared Golfshop eller till Unified Golf AB, bg 5992-1718, senast 27 april.

\*Lunch tillkommer

### **Prel program**

09.00 Samling i klubbhuset. Kom träningsklädd.

09.15 Yoga vid poolen (45 minuter)

10.30 Föredrag i konferensen – Fokus för golf

11.30 Lunch i restaurangen

12.30 Golfträning på Slätten , Närspel

14.30 Sammanfattning av dagen

15.00 Tack för idag!

Hjärtligt Välkomna

önskar

Pia & Anna