

## Calendrier Entraînement 1er Trimestre

septembre		octobre		novembre		décembre	
		Lundi 2	Hopps Open	Lundi 6	Entraînement putting Pelz	Lundi 4	Entraînement mix Approches / Putting
		Lundi 9	4 situations Pelz 1 bunker 1lob 1wedge 30m 1pitch 20m	Lundi 13	Entraînement putting Pelz	Lundi 11	Entraînement mix Approches / Putting
Lundi 18	4 situations Pelz 2Chipping 2Pitching	Lundi 16	4 situations Pelz 1 bunker 1lob 1wedge 30m 1pitch 20m	Lundi 20	Parcours à thème	Lundi 18	Parcours à thème
Lundi 25	4 situations Pelz 2Chipping 2Pitching	Lundi 23	Parcours à thème	Lundi 27	Parcours à thème	Lundi 25	NOEL
		Lundi 30	Parcours à thème				

Parcours Ballesteros 9 trous 13h

Entraînement One Putt 13h/15h





# Test de Pelz - Approches



Date  Nom / Prénom  Index / Drapeau



Balle rentrée	4 pts	Balle entre 1m et 2m	1 pts
Balle à moins de 1m	2 pts	Balle au delà de 2m	0 pts

- Sur le green d'approche ou sur le parcours, choisissez un trou et matérialisez les 3 départs sur le fairway (A = 15m, B = 20m, C = 10m).  
 - Tapez vos 10 balles depuis chacune des situations et utilisez le système de points ci-dessus. Reportez-vous au tableau correspondant pour calculer votre "Index".

1 mètre = une longueur de Fer 5 (homme) = 1 grand pas

## A APPROCHE LEVEE

Balle	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Points										

Total des points  Index obtenu

Points	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Index	37	32	27	23	19	16	13	10	7	4	1
Points	11	12	13	14							
Index	-2	-4	-6	-8							

## B CHIP LONG

Balle	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Points										

Total des points  Index obtenu

Points	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Index	38	35	32	29	26	24	22	20	18	16	14
Points	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	
Index	12	10	8	6	4	2	0	-2	-5	-8	

## C CHIP COURT

Balle	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Points										

Total des points  Index obtenu

Points	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Index	39	36	33	30	27	24	21	18	15	12	9
Points	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21
Index	7	5	3	2	1	0	-1	-2	-3	-4	-5

www.ecole-golf.fr

© Ecole Golf 2015 - Gabriel ANGLADE

Balle rentrée	4 pts	Balle entre 1m et 2m	1 pts
Balle à moins de 1m	2 pts	Balle au delà de 2m	0 pts

- Sur le green d'approche au sur le parcours, choisissez un trou et matérialisez le départ des 3 situations (D = 50m, E = 10m, F = 30m).

- Tapez vos 10 balles depuis chacune des situations et utilisez le système de points ci-dessus. Reportez-vous au tableau correspondant pour calculer votre "Index".

1 mètre = une longueur de Per 5 (homme) = 1 grand pas

**D WEDGING 50M**

Balle	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Points										
Total des points		Index obtenu								

Points	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Index	39	34	29	25	21	17	13	10	7	5	3
Points	11	12	13	14	15	16	17				
Index	0	-2	-4	-5	-6	-7	-8				

**E BUNKER COURT**

Balle	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Points										
Total des points		Index obtenu								

Points	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Index	39	34	29	24	20	17	14	11	8	5	3
Points	11	12	13	14	15	16					
Index	1	-1	-3	-5	-7	-8					

**F WEDGING 30M**

Balle	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Points										
Total des points		Index obtenu								

Points	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Index	40	37	34	31	28	25	22	19	16	13	10
Points	11	12	13	14	15	16					
Index	7	4	1	-2	-5	-8					

www.ecole-golf.fr

**G** 25m

**I** 15m

**H** 20m

10m (rayon)

Balle rentrée	4 pts	Balle entre 1m et 2m	1 pts
Balle à moins de 1m	2 pts	Balle au delà de 2m	0 pts

- Sur le green d'approche ou sur le parcours, choisissez un trou et matérialisez le départ des 3 situations (G = 25m, H = 20m, I = 15m).

- Tapez vos 10 balles depuis chacune des situations et utilisez le système de points ci-dessus. Reportez-vous au tableau correspondant pour calculer votre "Index".

1 mètre = une longueur de Per 5 (homme) = 1 grand pas

© Ecole-Golf 2015 - Gabriel ANGLADE

### G BUNKER LONG

Balle	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Points										

Total des points		Index obtenu	
------------------	--	--------------	--

Points	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Index	38	32	26	21	16	11	8	5	2	-1	-4	
Points	11	12										
Index	-6	-5										

### H APPROCHE MI-DISTANCE

Balle	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Points										

Total des points		Index obtenu	
------------------	--	--------------	--

Points	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Index	39	36	33	29	25	21	18	15	12	9	6	
Points	11	12	13	14	15	16	17	18	19			
Index	4	2	0	-2	-4	-5	-6	-7	-8			

### I APPROCHE ROUGH

Balle	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Points										

Total des points		Index obtenu	
------------------	--	--------------	--

Points	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Index	38	33	29	26	23	20	17	14	11	8	5	
Points	10	11	12	13	14	15	16					
Index	2	0	-2	-4	-6	-7	-8					

**B CHIP LONG**

Balle	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Points										

Total des points										
Index obtenu										

Points	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Index	38	35	32	29	26	24	22	20	18	16	14
Points	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	
Index	12	10	8	6	4	2	0	-2	-3	-8	

**C CHIP COURT**

Balle	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Points										

Total des points										
Index obtenu										

Points	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Index	39	36	33	30	27	24	21	18	15	12	9
Points	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21
Index	7	5	3	2	1	0	-1	-2	-3	-4	-5

**H APPROCHE MI-DISTANCE**

Balle	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Points										

Total des points										
Index obtenu										

Points	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Index	39	36	33	29	25	21	18	15	12	9	6
Points	11	12	13	14	15	16	17	18	19		
Index	4	2	0	-2	-4	-5	-6	-7	-8		

**I APPROCHE ROUGH**

Balle	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Points										

Total des points										
Index obtenu										

Points	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Index	38	33	29	26	23	20	17	14	11	8	5
Points	10	11	12	13	14	15	16				
Index	2	0	-2	-4	-6	-7	-8				