



PIACERE NEL GOLF & RIGENERAZIONE CON FRANZ & TIM

Esercita il gioco corto ogni giorno con il professionista di golf Tim Spurgeon giocando 9-18 buche.

Rilassatevi e divertitevi sul campo.

- ✓ SENZA STANCARSI
- ✓ SENZA DOLORE
- ✓ SENZA ANSIA
- ✓ NEL FLUSSO MENTALE
- ✓ RILASSATO

13 - 19 ottobre 2024
MONTEGROTTO TERME



"Franz ha completamente rivoluzionato il mio golf personale e da allora il GOLF e la RIGENERAZIONE sono diventati un dato di fatto.

Si tratta di intuizioni, trucchi e strumenti che mi aiutano da anni e che mi fanno molto bene."

Tim Spurgeon

GOLF & RIGENERAZIONE

13 - 19.10.2024 A MONTEGROTTO TERME

DI COSA SI TRATTA?

GIOCARE SENZA STANCARSI

Come sostenere il golf attraverso l'alimentazione, il metabolismo, la respirazione e i trucchi rigenerativi durante una partita di golf?

MUOVERSI SENZA DOLORE

L'equilibrio muscolare è il tuo strumento più importante per il golf. Quello che dovresti sapere è l'argomento di questi giorni. Si tratta di uno swing, ma è soprattutto un flusso nella catena muscolare. Insieme a Tim imparerai perfezionerai tutto ciò.

Tutto il resto con il tempo può dare risultati negativi!

GIOCARE SENZA PAURA

Cosa c'entra il tuo sistema nervoso con il tuo gioco? Molto. Perché ha bisogno di un equilibrio vegetativo per giocare adeguatamente.

Cosa si puoi fare prima e dopo la partita e cosa devi assolutamente evitare di fare?

ESSERE NEL FLOW MENTALE

Sincronizzare i due emisferi del cervello con un approccio ludico da maggiore sicurezza nel gioco. Di cosa hai bisogno per la centratura e la concentrazione? Tutti hanno pensieri disturbanti, ma le persone mentalmente forti li lasciano andare rapidamente.

Come si allenano i professionisti?

GIOCARE RILASSATI

La rigenerazione è la somma di tutte le condizioni di base necessarie per il gioco del golf. Non si tratta solo della tecnica e di una buona attrezzatura. È il tuo surplus di energia a fornire la scioltezza decisiva.

Ce l'hai o il tuo sistema si irrigidisce quando giochi?

Il nostro professionista P.G.A. Tim Spurgeon, specialista del gioco corto gioco, si concentra sugli ultimi 100 metri, putting, chipping e pitching, dove i dilettanti possono ottenere il massimo. Tim fornisce esercizi e guida anche sul campo. Il suo modo di insegnare unico, intelligente e umoristico, è ben noto nel mondo del golf.





“La rigenerazione non è un processo automatico così come lo era in gioventù.”

MAG. FRANZ MÜHLBAUER

FONDATORE DELL'ACCADEMIA PER LA RIGENERAZIONE SOLEMON

Franz Mühlbauer è un esperto internazionale sul mantenimento e ottimizzazione delle prestazioni.

Si occupa di molti atleti di tutti i livelli fino ai campioni mondiali e olimpici. La sua specialità è prestazioni senza danni alla salute, nonché la rigenerazione corporea e mentale.



CAMPIONI OLIMPICI E DEL MONDO Stefan Kraft & Michael Hayböck

"La rigenerazione e la consapevolezza sono fondamentali mattoni del successo quando si lavora con i campioni del mondo e stelle dello sport. Questi elementi sono componenti essenziali del benessere per ogni persona. Franz Mühlbauer e Solemon vi mostrano un ottimo modo per raggiungerli".



GOLF & RIGENERAZIONE

13 - 19.10.2024 A MONTEGROTTO TERME

SERVIZI/PRENOTAZIONE

Appuntamento 2024

13 - 19.10.2024

A chi sono adatte queste giornate speciali?

Golfisti entusiasti e consapevoli che apprezzano qualcosa di eccezionale!

Da portate con te

Attrezzatura da golf, abbigliamento casual, costumi da bagno e abbigliamento da palestra.

Conduzione del seminario

P.G.A. Pro Tim Spurgeon & Mag.phil. Franz Mühlbauer

Il pacchetto speciale Amici & Famiglia

Sistemazione di 6 notti presso l'Hotel Garden Terme 4 stelle a Montegrotto Terme.

incl. green fee

incl. quota seminario

incl. 3 giorni di mezza pensione per golfisti

incl. 3 giorni di colazione del golfista

e piscine termali, grotta, bagno turco, sauna

e 1 massaggio completo rigenerativo (50 minuti)



Per informazioni

Luca Mühlbauer

luca@solemon.net

Poiché il numero di partecipanti è limitato, ti chiediamo gentilmente di metterti in contatto con noi in tempo utile.

I posti vengono presi da chi prenota prima.