



## VINTERTRÆNING 2025-2026

Silkeborg Proteam tilbyder indendørs vintertræningsforløb på hold, for alle golfspillere uanset niveau, alder og ambitioner. Træningen vil tage udgangspunkt i den enkeltes golfsving og fysik, med individuel træning og vejledning mod et bedre golfsving. Vintertræning er således en mulighed for at få ændret på svinget, så har du problemer med en slice, vil du gerne have mere fart eller ramme bolden mere konstant. Så er dette en super mulighed for træning, så du er klar til sæsonstart.

Alle holdene er nu oprettet - og mange har allerede tilmeldt sig. Skal du sikre dig en plads, så skal du ikke vente ret meget længere.

Træningen foregår med TrackMan og Simulator i vores indendørscenter på Sommervej 50.

### VINTERTRÆNING - 12 UGERS FORLØB - VED JÓGVAN JESPERSEN

Dag	Tid	Uger	Pris	Træner	Pladser/link
Onsdag	11:00 – 12:00	44,46,47,49,50,51,2,3,5,7,8,9	2600	Jógvan	<a href="#">2</a>
Onsdag	16:00 – 17:00	44,46,47,49,50,51,2,3,5,7,8,9	2800	Jógvan	<a href="#">3</a>
Onsdag	17:00 – 18:00	44,46,47,49,50,51,2,3,5,7,8,9	3000	Jógvan	<a href="#">2</a>
Onsdag	18:00 – 19:00	44,46,47,49,50,51,2,3,5,7,8,9	3000	Jógvan	<a href="#">3</a>
Onsdag	19:30 – 20:30	44,46,47,49,50,51,2,3,5,7,8,9	3000	Jógvan	<a href="#">3</a>
Onsdag	20:30 – 21:30	44,46,47,49,50,51,2,3,5,7,8,9	3000	Jógvan	<a href="#">3</a>
Torsdag	9:00 – 10:00	44,46,47,49,50,51,2,3,5,7,8,9	2600	Jógvan	<a href="#">3</a>
Torsdag	10:00 – 11:00	44,46,47,49,50,51,2,3,5,7,8,9	2600	Jógvan	<a href="#">2</a>
Torsdag	11:00 – 12:00	44,46,47,49,50,51,2,3,5,7,8,9	2600	Jógvan	<a href="#">3</a>
Torsdag	16:00 – 17:00	44,46,47,49,50,51,2,3,5,7,8,9	2800	Jógvan	<a href="#">3</a>
Torsdag	17:00 – 18:00	44,46,47,49,50,51,2,3,5,7,8,9	3000	Jógvan	<a href="#">3</a>
Torsdag	18:00 – 19:00	44,46,47,49,50,51,2,3,5,7,8,9	3000	Jógvan	<a href="#">1</a>
Torsdag	19:30 – 20:30	44,46,47,49,50,51,2,3,5,7,8,9	3000	Jógvan	<a href="#">2</a>
Torsdag	20:30 – 21:30	44,46,47,49,50,51,2,3,5,7,8,9	3000	Jógvan	<a href="#">2</a>

### VINTERTRÆNING - 11 UGERS FORLØB - VED RASMUS ROLIGHED

Dag	Tid	Uger	Pris	Træner	Pladser/link
Mandag	10.15 - 11.15	47,48,49,50,51,2,3,5,8,9,12	2600	Rasmus	<a href="#">1</a>
Mandag	11.30 - 12.30	47,48,49,50,51,2,3,5,8,9,12	2600	Rasmus	<a href="#">3</a>
Mandag	15.15 - 16.15	47,48,49,50,51,2,3,5,8,9,12	2800	Rasmus	<a href="#">2</a>
Mandag	19.15 - 20.15	47,48,49,50,51,2,3,5,8,9,12	3000	Rasmus	<a href="#">3</a>
Mandag	20.30 – 21.30	47,48,49,50,51,2,3,5,8,9,12	3000	Rasmus	<a href="#">3</a>
Tirsdag	9.00 - 10.00	47,48,49,50,51,2,3,5,8,9,12	2600	Rasmus	<a href="#">2</a>
Tirsdag	11.30 - 12.30	47,48,49,50,51,2,3,5,8,9,12	2600	Rasmus	<a href="#">1</a>
Tirsdag	16.30 - 17.30	47,48,49,50,51,2,3,5,8,9,12	2800	Rasmus	<a href="#">1</a>
Tirsdag	19.15 - 20.15	47,48,49,50,51,2,3,5,8,9,12	3000	Rasmus	<a href="#">3</a>
Tirsdag	20.30 – 21.30	47,48,49,50,51,2,3,5,8,9,12	3000	Rasmus	<a href="#">2</a>

### VINTERTRÆNING - 8 UGERS FORLØB - VED RASMUS ROLIGHED

Dag	Tid	Uger	Pris	Træner	Pladser/link
Fredag	13:00 – 14:00	47,49,50,2,3,5,8,9	2200	Rasmus	<a href="#">1</a>
Fredag	14:00 – 15:00	47,49,50,2,3,5,8,9	2300	Rasmus	<a href="#">1</a>
Fredag	16.30 – 17.30	47,49,50,2,3,5,8,9	2300	Rasmus	<a href="#">1</a>