

ENTRAÎNEMENT– FREGATE

ROUTINE ET CONCENTRATION

- Echauffement 10 mn en autonomie (par groupe de 3-4 joueurs).

- Parcours à thèmes : Frégalon

Bushnell autorisé

Individuel : 9 trous SP

1er trou et dernier trou joués ensemble (concentration, routine, gestion du stress)

Une fiche à remplir à la fin de chaque trou

Analyse de la partie avec l'entraîneur de ligue.

Résultats du matin Garçons :

GANTOIS Adrien = 31

JOUNIAUX Jullian = 31

FABRE Jean = 32

CAMBOURIAN Adrien = 34

DI DOMENICO Yanis = 34

LAZARO Esteban = 34

HENRI Maxence = 35

MARELLI Noah = 35

BOUHANICHE Arnaud = 38

HOURANTIER Timéo = 38

Résultats du matin Filles :

DURAND Stella = 32

VINGERHOEDS Evelyne = 42

PAUL Amélie = 32

CARRAFA Antonia = 35

MIN-GAULTIER Camille = 37

LAILLET Lou-ann = 40

- Parcours à thèmes : Grand Parcours

Bushnell interdit Greensome StrokePlay et Match Play

Résultats par équipes :

(HOURANTIER Timéo & DURAND Stella) VS (HENRI Maxence & PAUL Amélie) : 2UP

40 en Stroke Play

41 en Stroke Play

(FABRE Jean & VINGERHOEDS Evelyne) VS (GANTOIS Adrien & LAILLET Lou-ann) : 2UP

45 en Stroke Play

48 en stroke play

(MARELLI Noah & MIN-GAULTIER Camille) VS (LAZARO Esteban & CARRAFA Antonia) : 2UP

45 en Stroke Play

Pas de score en Stroke Play (1 trou non terminé)

(JOUNIAUX Jullian&DI DOMENICO Yanis) VS (CAMBOURIAN Adrien & BOUHANICHE Arnaud) : 2UP

42 en Stroke Play

43 en Stroke Play