

Velkommen til Trenerkonferansen

2023

Program:

11:00-11:45:

Velkommen v/ Vegard Andreas Haugen, trenerutviklingsansvarlig NGF og PGA of Norway, Øvelsesbanken v/ Sivert Sende Skotvold, trenerutvikler NGF Special Olympics, erfaringer v/ Monica Gundesrud, idrettsutvikler NGF

12:00 – 12:45:

Hvordan skal vi ta igjen verdenseliten? v/ Øyvind Rojan, toppidrettssjef/ avdelingsleder NGF

13:00 – 13:45: Lunsj

14:00 – 14.45: Prestasjonskultur, juniormiljø v/ Niklas Diethelm, PGA Pro Losby GK

15:00 – 15:45: Effekt av teknologibruk på trener og utøver v/ Matthias Gilgjen, assoc.prof. , NIH

16:00 – 16.45: Praktisk bruk av teknologi i golf og øvelser for å endre bevegelsesmønster (Del 1) v/ Marius Bjone, PGA Teaching Professional og Drew Cooper, Swing Catalyst

17:00 – 17.45: Praktisk bruk av teknologi i golf og øvelser for å endre bevegelsesmønster (Del 2) v/ Marius Bjone, PGA Teaching Professional og Drew Cooper, Swing Catalyst

Øvelsesbanken



A low-angle shot of a golfer's legs and feet on a green. The golfer is wearing white trousers and white sneakers with dark soles. A putter is visible on the left side of the frame. The background shows a blurred golf course with trees and a cloudy sky. The text 'ØVELSESBANKEN' is overlaid in the center in a bold, white, italicized font.

ØVELSESBANKEN

Øvelser Træningsøvelser Træningsperioder Du er her: Startside > Golf > Øvelser

Øvelser for golf

Søk

Værkelighetsgrad Alle Målgruppe Alle Funktionsområde Alle Nøkkord Alle Miljø Alle

Øvelser	Værkelighetsgrad	Målgruppe	Funktionsområde	Nøkkord	Miljø
21	Alle	Alle	Etch. utendørs Etch. utendørs Etch. utendørs Etch. utendørs Etch. utendørs	Barnen Outkultusen	Træningsøvelser Løp mer for å legge igjen øvelser
22.1	Hjelpetimer LIT øvelser	Barn Ungdom	Etch. utendørs Etch. utendørs Etch. utendørs Etch. utendørs	Outkultusen	Træningsøvelser Løp mer for å legge igjen øvelser
Arbeid på hule	Alle	Alle			Træningsøvelser Løp mer for å legge igjen øvelser
Bakkeball	Alle	Alle			Træningsøvelser Løp mer for å legge igjen øvelser
Barn og lærere	Alle	Alle			Træningsøvelser Løp mer for å legge igjen øvelser
Barnsaktivitet med et utvalg	Alle	Alle			Træningsøvelser Løp mer for å legge igjen øvelser
Barnsaktiviteter	Hjelpetimer LIT øvelser	Ungdom Voksne	Etch. utendørs Etch. utendørs Etch. utendørs Etch. utendørs Etch. utendørs	Outkultusen	Træningsøvelser Løp mer for å legge igjen øvelser
Barnsaktiviteter	Hjelpetimer LIT øvelser	Barn	Etch. utendørs Etch. utendørs Etch. utendørs Etch. utendørs Etch. utendørs	Barnen Outkultusen	Træningsøvelser Løp mer for å legge igjen øvelser
Basse	Hjelpetimer LIT øvelser	Barn Ungdom	Alle brukstyper	Outkultusen Omtale Interaksjonscenter Skog, skole og Skolegård	Træningsøvelser Løp mer for å legge igjen øvelser

UTDATERT

Alle øvelser

Søk i øvelser

Filter øvelser

+ Opprett øvelse

Greenlesning med port/tau

PUTT

En øvelse for å trene greenlesning ved å sikte med porter eller tau

Om øvelsen Rediger

Ballstart med tutor

PUTT

Øvelsen er svært enkel å gjennomføre og krever så godt som ingenting av utstyret.

Om øvelsen Rediger

Bondesjakk med putter

PUTT

Spill tre på rad puttøvelse

Om øvelsen Rediger

Presspeggen

PUTT

Denne er en øvelse for å teste det mentale på trening

Om øvelsen Rediger

Lang, kortere og kortest

DRIF + PITCH

En øvelse for å trene lengdekontroll i putting

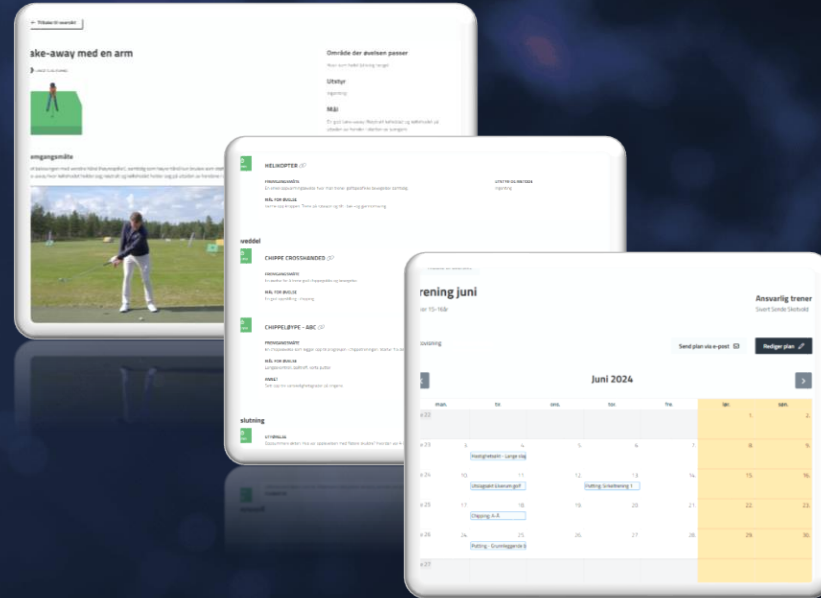
Inn i sirkelen med port

PUTT

En puttøvelse som kombinerer ballstart og lengdekontroll

Hvorfor trenger vi en øvelsesbank?

- Utdatert.
- Intuitiv og brukervennlig
- Moderne utseende
 - Video, bilder og tekst
- Muligheter for å lage
 - Øktplaner
 - Periodeplaner
- Deling



Hvorfor trenger vi en øvelsesbank?

- Behov for planlagte kvalitetsøkter på klubb
 - Gode øvelser og driller
- Trener 1: 660
- Trener 2: 99
- PGA coach/Professional: 150
- Økende grad av frivillighet på trenersiden
 - Tidsklemma, spesielt frivilligheten!



READY



University of Applied Sciences
DUISBURG ESSEN
Virtuelle Produktion

GOLFTINGET 2023

3.-5. NOVEMBER // QUALITY AIRPORT HOTEL GARDERMOEN

Special Olympics World Games Berlin 2023 // **Monica A Gundersrud**



Hva er Special Olympics?

#UnbeatableTogether

- Olympiske Leker og verdens største idrettsarrangement for mennesker med utviklingshemming med over 7000 utøvere, 26 ulike idretter fra 190 land
- I golf konkurreres det i 5 levels med 150 utøver + 33 Unified partnere
- Norge hadde med utøvere på level 2, level 4 og level 5
- Divisjonering

Historien bak

- Shriver Kennedy familien
- Shriver Camp
- 1968 Var det første Special Olympics i Chicago med 1000 utøvere



Den Norske Troppen

- Norge reiste med den største norske troppen noensinne
- 44 utøvere
- 23 ledere
- 10 idretter
- Golf hadde med 4 utøvere (+ 2 Unified partnere)
- 2 Coacher
- Økonomi



Pre-Camp på Helsefyr i Oslo



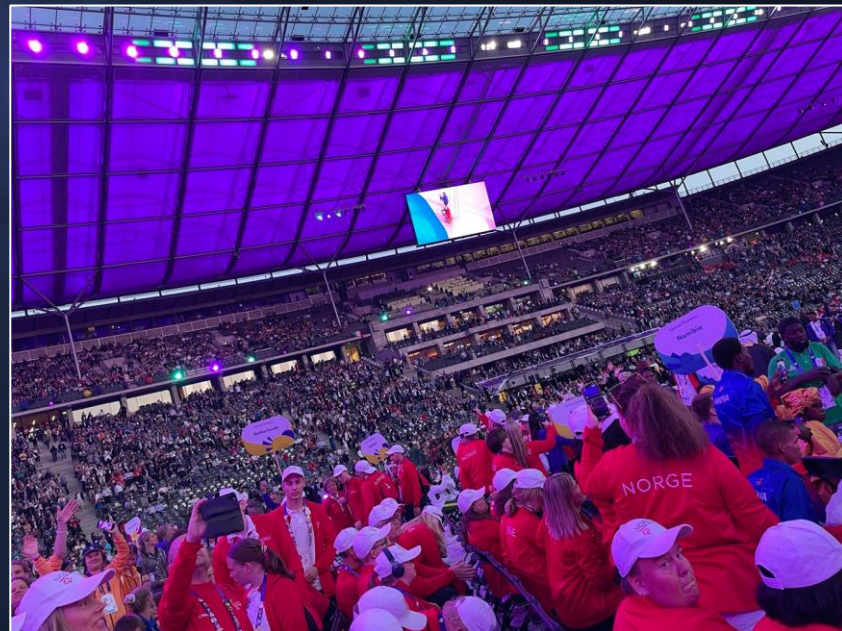
Berlin!



Host Town Norderstedt



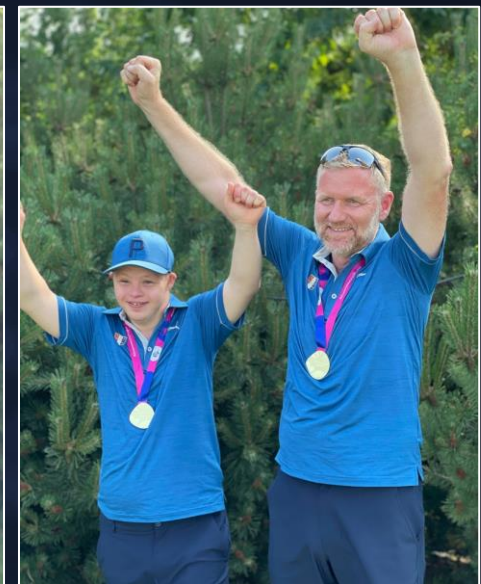
Åpningsseremoni



Uka i Berlin



En eventyrlig reise







DET KONGELIGE
KULTUR- OG LIKESTILLINGSDEPARTEMENT

Statsråd Lubna Jaffery inviterer
til mottakelse for å markere den norske innsatsen
i Special Olympics World Games 2023 i Berlin

Sted: Regjeringens representasjonsbolig
Tid: Onsdag 22. november 2023, kl. 17:30 – 19:00
Antrekk: Pent

*Regjeringens representasjonsbolig
Parkveien 45
0258 Oslo*

*S.U. innen 10. oktober 2023:
eth@kud.dep.no*

Utovere inviteres med en foresatt