

中華民國高爾夫協會 108 年度花東地區 7-12 歲訓練計畫

一、主 旨：為提昇全國高爾夫運動水準與素質，促進學生身心健康，加強扎根計畫，並藉以增進花蓮學員球技精進，特舉辦本此訓練。

二、指導單位：花蓮縣教育處

三、主辦單位：中華民國高爾夫協會

四、承辦單位：中華民國高爾夫北區總教練、花蓮縣高爾夫委員會

五、協辦單位：高仕高爾夫股份有限公司

六、活動時間：中華民國 108 年 7 月 05 日（星期五）至 7 月 07 日（星期日），為期三天。

七、訓練地點：花蓮高爾夫球場

（地址：花蓮市化道路 120 號 電話：(03)8227-528#168 傳真：(03)8226-193）

八、訓練費用：每位學員收取 3,000 元報名費

九、參加資格：

- （一） 年齡：7-12 歲
- （二） 具備基礎高球能力
- （三） 花蓮縣歷屆議長盃，縣長盃前三名選手為優先。
- （四） 依照報名順序遞補名額
- （五） 無高球經驗、不諳規則者請勿報名參賽。

十、訓練報名辦法：

- （一） 報名日期：即日起至 108 年 6 月 21 日(星期五) 24:00 截止，逾期恕不受理。
- （二） 報名方式：網路報名，www.garoc.org/competition.html
- （三） 報名人數規定：報名招收人數以 20 名為原則，額滿為止；未滿 6 名不予開辦。
- （四） 繳費：線上刷卡繳費
- （五） 保險：凡報名選手保險與工作人員及教練由大會統一投保。
- （六） 聯絡：0921613968 高嘉鴻教練

註：凡經全國性運動組織判處禁賽之運動員，至 108 年 6 月 21 日尚未解禁者，不得報名。

十一、活動課程表如下：

課程表

	Day1	Day2	Day3
0900-1000	10 點前報到 花蓮球場	綜合短桿 (練習果嶺)	自我期許
1000-1100	基本動作設定教學 (練習場)	沙坑練習 (練習果嶺)	短切技術教學
1110-1200	全揮桿輔助動作教學 (練習場)	2019 高爾夫實用規則 (2F 視聽教室)	短切技術教學
1200-1230	午餐	午餐	午餐
1230-1330	午休時間	午休時間	午休時間
1330-1500	果嶺禮儀 推桿教學 (練習果嶺)	木桿技巧教學 (練習場)	全揮桿輔助動作教學 (練習場)
1510-1600	學習成果與趣味競賽 (練習果嶺)	距離檢測/成果展現	結訓