



# JUNIOR GOLF ACADEMY

## CURS 2022-23

Classes de golf, preparació física i assessorament psicològic esportiu per tots els nivells. De 3 a 17 anys. Dissabtes d'octubre a juny. Excepte festius.  
Camp de pràctiques de PGA Catalunya Golf and Wellness (Caldes de Malavella)

### BABY

de 3 a 6 anys (70€/mes) de 11.30 a 12.30 h

### DISCOVERY

de 7 a 12 anys (80€/mes) de 10.00 a 11.30 h

### COMPETITION

de 13 a 17 anys (90€/mes) de 12.30 a 14.30 h



**PGA CATALUNYA**  
GOLF AND WELLNESS



## BABY

Àrees de treball:

- Descobriment de l'entorn
- Descobriment del joc
- Descobriment del material
- Jocs per adquirir habilitats motrius
- Socialització amb el grup



## DISCOVERY

Àrees de treball:

- Definició dels diferents cops
- Definició de situacions en el camp
- Inici a la competició
- Exercici físic (desenvolupament atlètic a llarg plaç)
- Foment dels valors de l'esport



## COMPETITION

Àrees de treball:

- Coneixement tècnic avançat
- Exercicis, rutines i planificació d'entrenament i competició
- Preparació física per al golf
- Desenvolupament d'habilitats mentals per la competició
- Foment dels valors de l'esport



### INFORMACIÓ I INSCRIPCIONS

[proshop@pgacatalunya.com](mailto:proshop@pgacatalunya.com)

+34 972 472 577

[www.pgacatalunya.com](http://www.pgacatalunya.com)



**PGA CATALUNYA**  
GOLF AND WELLNESS