

KURSPROGRAM 2026

S:t Arild Golfklubb och Höganäs Golfklubb



S:t Arild
GOLFAKADEMI

Varmt välkommen att utveckla din golf med S:t Arild Golfakademi

Sedan 2020 ansvarar vi för träningsverksamheten på både S:t Arild och Höganäs Golfklubb vilket betyder att vi erbjuder ett liknande utbud av kurser och lektioner på båda anläggningarna. Samarbetet mellan våra klubbar ger dig som elev en bra variation och ett ännu större utbud. Självklart kan S:t Arilds medlemmar välja att gå en kurs eller ta en lektion på Höganäs och tvärtom.

TRÄNINGSKORTET KOMBO – NYHET!

Gruppträning med flexibilitet och kontinuitet under hela säsongen april–september

Vill du träna i grupp men samtidigt ha friheten att styra ditt eget schema?

Hos S:t Arild Golfakademi erbjuder vi ett genomtänkt träningskort för dig som vill utvecklas kontinuerligt under hela säsongen, få struktur i din träning, skapa kontinuitet och få inspiration att utveckla alla delar av spelet.

Upplägget passar alla golfare – oavsett handicapnivå och är öppen för alla medlemmar i S:t Arild och Höganäs.

Upplägg

Du köper ett personligt träningskort via appen **PGA ProTime** (läs mer nedan). Du får då tillgång till alla pass under hela säsongen med olika teman och du väljer själv när du vill träna. Det kommer att finnas pass på både dagtid och kvällstid, på både S:t Arild och Höganäs att välja mellan.

Antalet pass per vecka anpassas efter antalet sålda träningskort. Vid exempelvis 48 sålda träningskort erbjuds 8 pass per vecka att välja mellan.

Träningsperiod

Vecka 16-38, totalt 18 veckor.
(Uppehåll vecka 25 + 28–31)

- Varje träningspass är 50 minuter
- Max 6 deltagare per pass (först till kvarn gäller)
- Minst 2 deltagare per pass
- Personligt träningskort

Våra tränare

Under säsongen får du möjlighet att träna med hela vårt tränarteam – Therés, Johan och Isabella. Det ger dig variation, bred kompetens och nya perspektiv på din utveckling.

Vi arbetar med spelets alla delar:

- Sving – med olika fokus
- Närspel – putt, chip, pitch, bunker, lobb mm

Du tränar så mycket du själv vill med kontinuerlig vägledning och uppföljning.

Fördelar med träningskortet kombo

- Mycket träning för investeringen
- Många olika träningspass att välja mellan varje vecka
- Två anläggningar
- Kontinuitet – en av de viktigaste nycklarna till utveckling
- Flexibilitet – du styr själv när och hur ofta du tränar
- Professionell vägledning och personlig feedback
- Social gemenskap och möjlighet att träffa nya golfvänner

Bokningsregler

- Du kan delta i obegränsat antal pass
- Max 2 aktiva bokningar åt gången
- Bokning senast 24 timmar före passets start
- Samtliga bokningar sker enkelt via PGA ProTime appen
- Schema med tider och träningsinnehåll presenteras i appen under vecka 14.

Pris: 2895 kr + 3% bokningsavgift (2982 kr totalt)

Anmälan

Anmälan och betalning sker via appen PGA ProTime.

Anmälan för träningskortet kombo öppnar den 16 mars och stänger 31 mars.

Bonus för dig som deltagare

Som deltagare i träningskortsupplägget blir du inbjuden till en gemensam avslutningsaktivitet efter sista veckans träningar.



Nedan följer våra övriga fristående temakurser.

Närspelskurs

Här fokuserar vi på grunderna i ditt närspel, för att göra dig stabilare i de viktiga slagen runt green. I kursen kommer vi att gå igenom tekniken och träna på chip, pitch och bunkerslag. Häng med och finslipa ditt närspel!

Min 4 max 8 deltagare.

Pris: 795 kr

Kurs 1	29/3	13.00-16.00	S:t Arild	Johan
Kurs 2	25/4	09.00-12.00	S:t Arild	Therés
Kurs 3	24/5	09.00-12.00	S:t Arild	Johan
Kurs 4	4/7	09.00-12.00	S:t Arild	Therés

Damkurs

Våra populära damkurser fortsätter! Kursen är lite mer intensiv med träning över två dagar där vi fokuserar på svingen och att öka längden i dina slag men repeterar även lite närspel i chip, pitch och bunker. Hitta spelet, glädjen och umgås med vänner!

Min 5 max 8 deltagare.

Pris: 1195 kr - inklusive en liten fika varje dag

Kurs 1	4-5/4	13.00-16.00	S:t Arild	Therés
Kurs 2	2-3/5	09.00-12.00	S:t Arild	Therés
Kurs 3	23-24/5	09.00-12.00	S:t Arild	Therés
Kurs 4	27-28/6	09.00-12.00	S:t Arild	Therés

Puttningskurs

Här fokuserar vi på grunderna i puttning som uppställning, puttstroke, bollstart och längdkontroll. Du får även jobba med olika övningar som hjälper och inspirerar dig i din fortsatta träning.

Min 4 max 6 deltagare per grupp.

Pris: 495 kr

Kurs 1	2/5	14.30-16.00	S:t Arild	Johan
Kurs 2	14/5	12.30-14.00	S:t Arild	Isabella – Kristihimmelsfärdsdagen
Kurs 3	6/6	10.30-12.00	S:t Arild	Therés

Bunkerkurs

Bunkerslag är roligt när man vet hur man ska göra! 😊 I denna kurs går vi igenom grunderna för att lyckas i bunkern och tränar på olika lägen och situationer.

Min 4 max 6 deltagare per grupp.

Pris: 495 kr

Kurs 1	18/4	14.30-16.00	S:t Arild	Johan
Kurs 2	16/5	10.30-12.00	S:t Arild	Therés
Kurs 3	30/5	14.30-16.00	S:t Arild	Johan
Kurs 4	10/7	10.30-12.00	S:t Arild	Isabella

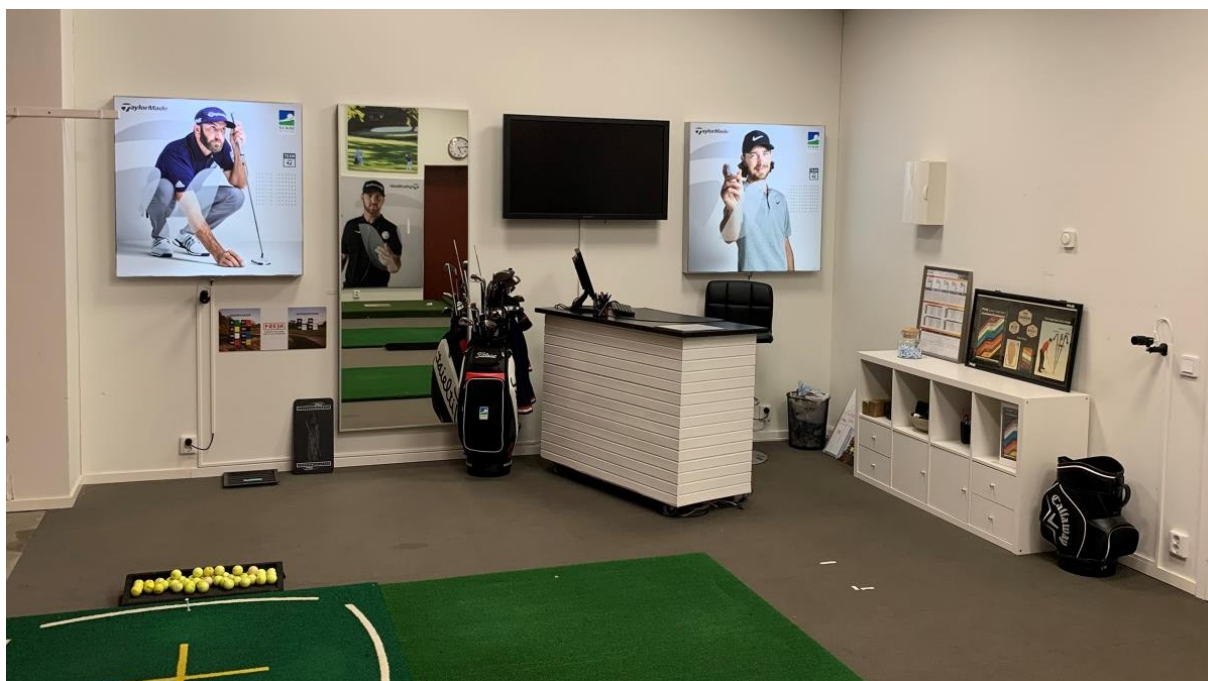


Teknologi vid lektioner

I våra två studios på S:t Arild använder vi oss av den senaste teknologin med Swing Catalyst videoanalysprogram och Trackman för att öka din upplevelse och säkerställa att de råd vi ger dig vid lektioner och custom fitting är 100 % korrekta.

 swingcatalyst

 TRACKMAN



Bokning av kurser och lektioner

Anmälan till kurser samt bokning av lektioner och custom fitting görs via **PGA ProTime** appen som du laddar ner gratis genom att scanna QR-koden nedan.



**BOKA DINA LEKTIONER
OCH KURSER HÄR!**

Ladda ner **PGA ProTime** – appen där du enkelt bokar din PGA Pro.
Finns där du brukar hämta dina appar.



PGA | **PRO**
of SWEDEN | TIME

S:t Arild Golfakademi

Inom S:t Arild Golfakademi har vi tre PGA pros tillgängliga för din golfutveckling. Akademien drivs sedan 2016 i ledning av PGA Head Professional Therés Larsson.

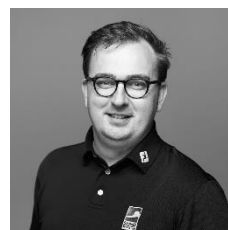
Kontaktuppgifter



Therés Larsson, Head pro
theres@starild.se



Isabella Ramsay, Pro
isabella.ramsay@starild.se



Johan Thunman Svensson, Pro
johan.thunman@starild.se

**Varmt välkommen att utveckla din golf med
S:t Arild Golfakademi!**

#dingolfvårpassion

Övriga kontaktuppgifter

Shop och reception S:t Arild Golfklubb

golf@starild.se

042-34 68 60

Kansli Höganäs Golfklubb

kansli@hoganask.se

042-34 04 90

Restaurang Nord & Syd S:t Arild

hej@nordsydstarild.se

Peter Larsson, VD / Sportchef

S:t Arild Golfklubb

peter.larsson@starild.se

Kerstin Nyfjäll, Ekonomi och medlemskap

S:t Arild Golfklubb

kerstin@starild.se



S:t Arild

GOLFAKADEMI