

# GOLF OG HØJSKOLE UGE 19

## KURSUSPROGRAM

UNDERVISERE: Leif Jensen og Carsten Petersen

KURSUSLEDER OG -KOORDINATOR: Jesper Kjærulff & Maja Borngräber Olsen

MANDAG	TIRSDAG	ONSDAG	TORS DAG	FREDAG
	7.15-08.00 Morgenbuffet	7.15-08.00 Morgenbuffet	7.15-08.00 Morgenbuffet	7.15-08.00 Morgenbuffet tje ud + afl. nøgle
11.00-11.30 Ankomst og indkvartering	08.00-09.00 Morgensamling "Fra tuberkulosesanatorium til idræts højskole med japansk historie" v. forstander Kenneth Retslov Foredragssalen (KR)	08.00-09.00 Morgensamling SMART-træning Teori og øvelser LF	08.00-09.00 Morgensamling	09.15 Afgang til Sydsjællands Golfklub Mogenstrup
11.30: Fælles velkomst Foredragssalen (2.sal) (JK)	09.15 Afgang til Falster Golfklub, Virket	09.00 Afgang til Rønnede Golfklub	09.00 Afgang til Rønnede Golfklub	Ca. 15.00 Afslutning og præmieoverrækkelse i klubben LJ+CP
	Gunstart 10.30 + banesandwich LJ	09.30-11.30 Træning med Pro - Kort spil + Tips & Tricks med erfarne golfspillere LJ+CP	Gunstart 10.30 + banesandwich LJ	
12.15 Frokost		11.30-12.45 Frokost i klubbens restaurant		
13.00-14.00 Intro om kurset LJ+CP		12.45-14.00 Spil og træning på par 3		
14.00 Afgang til Sydsjællands Golfklub Mogenstrup		15.30-17.00 Halvdagsudflugt Vi besøger Thorvaldsen samlingen af gipsafstøbninger og skitser på Nysø gods og får en omvisning. Herefter er der byvandring i Guldalderens Præstø med de toppede brosten. Kaffe på café		
14.30-16.30 Træning med PRO på Sydsjællands Golfklub Mogenstrup. LJ+CP				
17.30-18.00 SMART-træning LJ	17.30-18.00 Udstrækningsøvelser DP	17.00-20.00 Svømmehallen er åben	17.30-18.00 SMART-træning LJ	
18.30 Aftenbuffet	18.30 Aftenbuffet	18.30 Aftenbuffet	18.30 Aften	

19.30-21.00 Aftenhygge med højskolesange v. forstander Kenneth Retslov Foredragssalen (2.sal) (KR)	19.30-21.00 Oplæg om haiku- digtningens far, Matsuo Basho, v. Mette Holm (3. sal) (MBO)	19.30-21.00 Foredrag om Pilgrimsvandring på Shikoku 88 v. Steen Pipper. (3. sal) (JK)	19.30- Festlig aften med japansk musik af Kiku Day (3. sal) (NN)	
--	---	---	---	--

*Undervisningssted er angivet i de blå felter. Forbehold for ændringer i programmet.*