



## LIFE KINETIK

# NY HOLDSTART

### Vil du også mærke forbedringer med dit golfspil?

Flere af Odder Golfklubs medlemmer har allerede deltaget og de fleste af dem har mærket forbedringer, når de spiller golf. Hvis du også kunne tænke dig at forbedre dit golfspil, med bl.a. bedre præstationer, bedre koncentration, styrkelse af motoriske færdigheder og balance, så skal du tilmelde dig et Life Kinetik forløb.

Træningen foregår som holdundervisning i en 12 ugers periode, med 1 times ugentlig træning.

Vi træner hver onsdag fra den 6. september til den 29. november kl. 18-19 på Malling Skole, lille sal.

Prisen er 1.100,- pr. person.

Tilmeldingen sker til Gitte Nygaard på 22 61 10 45.

Hvis du ønsker at vide mere om, hvad Life Kinetik er, kan du se nogle af videoerne på vores facebookside,  
*Gitte Nygaard - Life Kinetik Instruktør*

**Gitte Nygaard**  
**Life Kinetik Instruktør**  
Use Your Brain - kropsbaseret hjernetræning

**”Jeg er blevet bedre i mit golfspil. Især min puttning”**

**”Mit bundniveau er blevet hævet markant og jeg tror mere på at det kan lade sig gøre”**

**”Jeg er blevet god til hurtigt at glemme de dårlige slag”**

**”Jeg taber ikke fokus og jeg er blevet hurtigere til at tage beslutninger”**

**Opfattelsesevne  
+ hjernetræning  
+ fysisk bevægelse  
= bedre præstation**