Nyhedsbrev

Hammel Golf Klub

Juli 2020 – No. 9

Banen Lige Nu

Greenkeeper teamet har arbejdet på dræn på hul 4, og bedst som de næsten er færdig kom ny udfordring. På hul 11 fungerer dræn til højre for green ikke optimalt, hvorfor der graves og dræn udbedres.

Endnu en sejr til HGK

I weekenden 25. - 26. juli deltog tre af HGKs talentfulde unge medlemmer i Bravo Tours Masters. Turneringen tæller med til Titleist-, Santander-, Club Car- og DGU's ranglister.

Sofie Lorentzen og Mathilde Brinch Brogens Christensen, i dame rækken og André Løvschall i herre rækken. Desværre missede Sofie & André cuttet efter de første 2 runder, men Mathilde var klar til at spille i førerbolden søndag, 2 slag efter den førende

Og Mathilde spillede fantastisk og gik finalerunden i -1 slag - og løb dermed sejren 4 slag bedre end no 2.

Stort tillykke til Mathilde med sejren - og takket været super samarbejde i vores elite trup, hjalp Sofie, og gik caddy for Mathilde og opbakning fra André på finalerunden

Super weekend og mere TILLYKKE til Mathilde

HGK Turnering 2020

Langt om længe kom vi gang med afvikling af Åbningsturnering 2020 – forsinket pga. Covid-19 restriktioner

Som traditionen byder det i Hammel Golf Klub er **"BJØRN Herretøj – Outdoor** (tidl. Tøjeksperten) sponsor – og datoen for årets første turnering – søndag den 28. juni

BJØRN
Herretøj - Outdoor

97 glade HGK medlemmer havde tilmeldt sig turneringen – efter briefing, efter Covid-19 restriktioner blev deltagerne sendt afsted til gunstart kl. 9:00

Flot golfvejr, og regnen kom først da alle var retur i klubhuset. Resultat af turnering

- A-Rækken Kasper Nøhr Søndergaard med 67 netto, og med Anne Harding som runner up med 68
- B-Rækken Henrik Dalsgaard med imponerende 43 Stablerord Point, med Kjeld Skjødt som runner-up med 37 point
- C-Rækken Frank Dam Hansen med 40 Stableford Point, med Bert Nielsen som runner up med 38 point

Bedste Brutto Score Jakob Bang Mikkelsen med 75 slag.

Total leaderboard kan ses på golfbox.dk

Nærmest flaget

- Hul 6 - Ole Clausen med 45 cm
- Hul 9 - Jan F. Nielsen med 644 cm
- Hul 11 -Ulla Bjerregaard med 4 cm
- Hul 13 - Leon Olsen med 301 cm
- Hul 15 - Thomas Frederiksen med 302 cm

Stort TILLYKKE til dagens vindere - TAK til dagens sponsor **Bjørn Herretøj - Outdoor** for flotte præmier

HGK Træner Team

Nedenstående artikel er bragt i Sydsjællands Golf Klub nyhedsbrev til klubbens medlemmer:

En lille golf-solstrålehistorie

Alle ”ved” at golf kan være belastende for ryggen

Alle golfspillere; enten kender det fra sig selv, kender det fra andre golfspillere, som har måttet begrænse eller helt ophøre med golf pga. rygproblemer – så det er der intet nyt i.

Derfor syntes jeg at det kan være rart at høre: At golf faktisk kan være godt for en dårlig ryg.

Min kære hustru har måtte grueligt meget igennem (udover mig). Først brystkræft med en efterfølgende rekonstruktionsoperation, som indebar en flytning af en rygmuskel – igen medførende en skæv belastning af ryggen. Derudover 2 gange skinnebensbrud, og så i foråret opereret for 2 diskusprolapser højt i lænderyggen – De fleste vil nok sige: Ikke mere golf til den kvinde!

MEN. De kender ikke til den stædighed den kvinde er i besiddelse af.

Trods smerter spillede hun og var en uge før operationen på Golfhøjskole. Her lærte vi om ”Positive Impact Golf / La Dance du Gold / Easiest swing hos proen Ian i Hammel Golf Klub.

Så blev hun opereret for sine diskusprolapser og måtte de følgende 3 måneder ikke foretage sig noget fysisk rygbelastende – gik til alm. genoptræning etc. og alt var OK. Operationen og genoptræning var vellykket. Dog var der stadig nogle stramninger og en osteopat fik løsnet det – sådan da.

Nu var tiden kommet til at min kone måtte genoptage aktiviteterne, og vi tog en weekend til Hammel Golf Klub hos Pro Ian Appleyard og blev instrueret i ”Easiest Swing”. Efterfølgende holdt min kone op hos osteopaten, idet det viste sig at golfsvinget faktisk forbedrede hendes rygfunktion!

Nu vil en del af jer sikkert tænke: Positive Impact Golf/La Dance du Golf/Easiest Swing – Hvad er nu det for noget? Er det et nyt mirakelmiddel? Et det en ny Golfreligion? – NEJ! Det er det slet ikke. det er golf helt normalt, men som har det formål at gøre golfsvinget mere afslappet (Easiest Swing) således at man ikke spænder i sit golfsving, og altså ikke belaster sener og muskler, men tværtimod løsner.

Løser det nu alle dine golfproblemer? NEJ – Løser det alle din golf relaterede rygproblemer: Det er der en mulighed for! Der er ikke 2 ens rygge – men chancen er der og for min kone har det været en solstrålehistorie.

Konklusion: Har du rygproblemer, så har du ekstra behov for fysisk træning og golf bør ikke udelukkes, men kan evt. være en del af løsningen. Tal med din pro (hos os Claus) om at få det rette sving som passer til netop din ryg.

Selv benytter vi vinteren til vintertræning hos en golffysioterapeut for at forbedre eller vedligeholde de gamle stive rygge (såvel syge som raske)

Mvh Volle

Flot artikel der igen viser at træning hos Hammel Golf Klub
Ian Appleyard Easiest Swing flytter grænser.

HGK ProShop

Wilson Demo Dag - Sæt kryds i kalenderen **fredag den 7. august fra klokken 15:00 til 18:00** – kom forbi ProShoppen og skriv dig på listen

Wilson Demo & Fitting dag – Vi glæder os til at komme og besøge Hammel Golf Klub.

Demo & Fitting dag

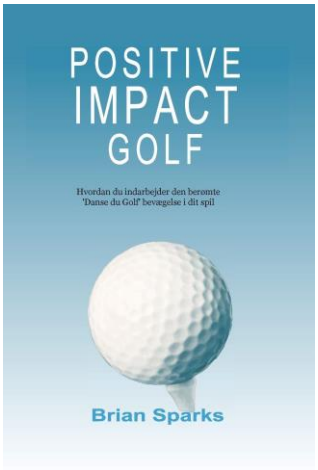
Brian Sparks / Easiest Swing

Hammel Golf Klub har et fantastisk samarbejde med Brian Sparks. Ian Appleyard er den eneste certificerede Easiest Swing Coach i Skandinavien og Hammel Golf Klub er rent faktisk verdens første – og eneste - certificerede Easiest Swing Golf Klub.

Siden den allerførste dag i 1967, da Brian begyndte at træne golfspillere i golfspillet, har han haft en lidenskab for at hjælpe dem med at forenkle gyngen. Alt for mange mennesker er blevet opmuntret ned ad den tekniske rute og har lidt på grund af den. Moderne teknologi har kun tjent til at øge forvirringen og smerterne, der er forårsaget af en overdosis af oplysninger om en svingeskabelon, der endda skader unge professionelle på de forskellige tours.

Brian skrev sin første bog, "Positive Impact Golf", der tjener til at afmystificere visse misforståelser, herunder '3 Deadly Don'ts', som den naturlige modgift mod dette og satte en video kaldet 'Easiest Swing In Golf' på YouTube et år senere. I 2018 og med hjælp fra 4 fuldt uddannede og licenserede trænere lancerer han et brand kaldet Easiest Swing In Golf 'specielt designet til seniorgolfere, der stort set er ignoreret af golfindustrien.

Han er meget glad for at kunne tilbyde seniorgolfere en sikker havn på denne trænerplatform, hvor fokus altid vil være på at gøre spillet lettere, mere kropsvenligt og sjovere.



Som nævnt ovenfor har Brian Sparks udgivet en bog om Easiest Swing, på engelsk. Takket være vores gode samarbejde har vi fået tilladelse til at lave en dansk oversættelse.

To af vores klubmedlemmer Birthe & Niels Jørgen Strøm har gjort et kæmpe stykke arbejde med oversættelsen, og vi kan nu med glæde annoncerer at bogen nu er til salg i ProShoppen og i Sekretariatet til kr. 200,-.

Kan stærkt anbefales – rigtig god læsning

Tak til Brian Sparks – og stor tak til Birthe & Niels Jørgen Strøm.

Nyt fra Rekrutteringsudvalget:

Vi har siden årets start arbejdet med rekruttering af nye medlemmer på mange fronter. Facebook kampagne, Mund til øre, ny torsdagsmatch, Golfens dag, Mentor ordning
genopstart af begynder matcher, hjælp på Par 3 banen og flere andre ting som fx den kommende Spil med Dag.

Alle disse tiltag og at det var/er muligt at spille golf på trods af Corona har resulteret i en relativ stor tilgang af nye både prøve og fuldgyldige medlemmer.
Vi har siden sæsonens start 1/10 fået 72 nye medlemmer og 72 nye prøvemedlemmer samt 16 andre medlemmer fordelt over Bambino, junior, ung mm.
Det er vi rigtigt glade for og vi skal alle huske at tage godt imod de nye ☺

Der er et nyt tiltag på vej hvor vi gerne vil synliggøre tilgangen så alle kan se der sker noget. Så hvis I pludselig ser en stor glas krukke med bolde et sted i klubhuset, repræsentere hver bold et nyt fuldgyldigt medlem.

Og at de mange nye medlemmer træner flittigt viser oversigten over udlånt udstyr. Der er dage hvor alt er udlånt og forleden var der køkultur på driving range. Folk stod pænt og ventede på deres tur. Par-3 banen er også pænt besøgt – og søndag slog HGK Nybegynder Rune Askov det ultimative slag på par-3 banens hul 1 – TILLYKKE med Hole in One. Så flot

Brug af egne buggies

Vi har de senere år oplevet at en del af medlemmerne har anskaffet sig forskellige former for transportmidler så de kan fortsætte spillet på trods af udfordringer med at gå en runde.

Selv om der ikke har været et formelt, nedskrevet forbud mod anvendelse af egne buggies er der – hen over årene – medlemmer som har spurgt og fået nej.

Baggrunden herfor har været dels økonomi (klubben har 4 buggies som udlejes) og dels at vi ikke kan tilbyde ”opstaldning” af medlemmernes privat ejede buggies. Disse forbehold gælder stadig, men bestyrelsen har besluttet at tillade anvendelsen af egne buggies på lige fod med de øvrige transportmidler, dog under forudsætning af at de:

kun er på klubbens område når de anvendes i forbindelse med spil – altså ikke parkeres i klubben!
ikke sættes til opladning på klubbens område (anvender klubbens el-installation)!
at evt. trailere parkeres i den bageste del af P-pladsen!

Vi opfordrer til at man lejer én af klubbens buggies (køb evt. et 10-turs kort for kun 1.900,-), men med denne justering åbnes for at medlemmer kan anvende egne buggies og dermed fortsætte med at spille længe efter at de ikke længere kan gå 18. huller.

HGK Bestyrelsen

Nyt fra Elite afdelingen i HGK

Selvom det er sommerferie for de fleste, og alle mere eller mindre i år har været berørt af Covid-19, så er der stadig gang i elite afdelingen i HGK. Der er hver torsdag og lørdag mulighed for at spille rangliste turneringer, som gør, at spillere under hcp. 4,5 kan reguleres i handicap. Disse rangliste turneringer er også en vejledning til trænerne, om at stille med de bedste hold, når holdene udtages til danmarksturneringen, hvor HGK har 2 herrehold og 2 damehold.

I år har der været to Elite sommerrangliste turneringer, så der har været mulighed for at spille med andre, end dem man ellers plejer at spille med. Første sommerrangliste blev afholdt d. 4. juli, hvor næsten alt og alle regnede væk, men turneringen blev dog afholdt.

Lørdag d. 1. august blev elite sommerrangliste 2 afholdt. Her var det dog ikke kun HGK elite medlemmer som deltog. I samarbejde med træner Morten Bartholin, var stortalent Aksel Bakmand fra Randers golfklub, 16 år gammel i hcp. 0,9 og PRO Mikkel Hjorth fra Lyngbygaard golfklub 24 år i hcp. +3,9 også med, for at give lidt ekstra turnerings opstramning. Og man må sige, at HGK spillerne fik noget flot golf at se på.

Mikkel Hjorth formåede at score en fin runde fra hvid tee på 64 stag, hvilket er en tangering af banerekorden. Super flot og fornemt scorekort samt nyt hcp. Aksel Bakmand, som i øvrigt skal starte på ISI efterskole i Ikast sammen med Kristoffer Vadet og Sophie Norup, kom ind i scoren 75 slag som nummer 2.

Efter turneringen fortalte Mikkel Hjorth om måden han træner og arbejder på, for at gøre sig til en endnu bedre golfspiller - til stor inspiration. Hans svingtræner, Morten Bartholin, som jo er en del af træner teamet i

HGK, har hjulpet ham meget igennem årene, så der er mange muligheder for at kunne præstere, hvis man arbejder for det ☺ Der er i hvert fald mulighed for at få hjælpen ved træning.

Pos	Nat	Navn	Klubnavn	POINT TIL PAR ToPar	Hul	Total
★ 1		HJORTH, Mikkel	Lyngbygaard Golf Klub	+8p	F	44

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	Ud	10	11	12	13	14	15	16	17	18	Ind	Total
R1	4	4	3	4	4	3	3	4	3	32	4	3	4	3	4	2	4	4	4	32	64
Point	2	2	3	2	3	2	3	3	2	22	3	2	2	2	3	3	2	2	3	22	44
HAMMEL GOLF KLUB																					
Par	4	4	4	4	5	3	4	5	3	36	5	3	4	3	5	3	4	4	5	36	72

Nu er der ikke længe til den sidste turnerings weekend i danmarksturneringen. Slagene står d. 15. august, hvor alle holdene i år jo spiller på neutral bane, da der kun er 3 turneringskampe i år, i stedet for 6 kampe, som det altid plejer at være. Men alt i år er jo anderledes..... Muligheden for, at 3 hold i år kan rykke op er der, så der er fuld gang i træningen indtil da. Så må vi håbe, at alle vinder, og at vi til september kan klare et eventuelt oprykningsspil ☺