

JUNIORS-INFO

GOLF CLUB BAD RAGAZ

06. April 2024



The Leading Golf Courses

Wir heissen alle herzlich willkommen!

*Knapp 60 Juniors zwischen 7 und 20 Jahren sind fürs Juniors-Training angemeldet.
Ganz herzlich begrüssen wir 6 neue Kids: Valentina, Leah, Ella, Louis, Marlo, Max.*

*Unsere Hauptaufgabe sehen wir im Bereich Breitensport:
Gute technische Basis, Spass haben, Kameradschaft pflegen*

*Im LEISTUNGSSPORT unterstützen wir gerne mit zusätzlichen Trainings, beim
Heranführen an regionale Turniere (U12/14, GolfSixes) und Bekanntmachung der Förderprogramme von SwissGolf.*

TRAINER – TEAM 2024

PROS

Mario Caligari
Markus Kopp

JUNIOR CAPTAIN

Carin Gisep

J & S LEITERTEAM

Gianna Gilardi
Alina Gisep

Vielen DANK !

Ein grosser Dank geht an:

- Alle Helfer unter dem Jahr: ehemalige Junioren, Armando, alle Eltern und Grosseltern
- Golf Club für die finanzielle Unterstützung und deren Interesse an der Jugendförderung
- Das Sekretariats-Team sowie das Team vom gladys
- Alle privaten Sponsoren, welche uns immer wieder finanziell mit Spenden unterstützen



WO FINDET IHR WELCHE INFORMATIONEN



- Whiteboard
 - Eingang Clubhaus → Turnierausschreibungen
 - Wägelraum → Rückblicke, allgemeine Infos, Helferlisten etc.
- Sekretariat Tel. 081 303 37 17, golfclub@resortragaz.ch, [GCBR-App](#)
Allgemeine Anfragen Mitgliedschaft, Handicapverwaltung, Turnieranmeldung etc.
- Pros: Mario Caligari Tel. 079 420 96 64 und Markus Kopp Tel. 079 880 85 11
- Junior Captain: Carin Gisep via WhatsApp 079 279 15 76 und juniorsgcbr@gmail.com

UNSERE LEISTUNGEN



- Wöchentliche Trainings
 - Block 1: 6. April bis 7. Juli
 - Block 2: 7. August bis 6. OktoberTrainings finden auch an Feiertagen statt / kein Training an «Junior Cup» Turniertagen
- Frühling-, Sommer- und Herbstevents (gemäss Extra-Ausschreibung, Kosten variabel)
- 4 Junior Cup Turniere inkl. Nachtessen (kostenlos)
 - 9-Loch ab den Tees (Hcp-wirksam)
 - 9-Loch Gold Abschläge (ca. Fairwayrand)
 - 6-Loch Silber Abschläge (ca. 150 Meter)
 - 3-Loch Bronze Abschläge (ca. 100 Meter)
 - Putting/Chipping für die Kleinsten / Anfänger
- Neue Logo-Caps
- Gratis Jetons im Sekretariat für Rangebälle für selbständige Trainings
- Trainingsmaterial

ERWARTUNGEN



- Regelmässige Teilnahme an den Trainings
- Teilnahme an den 4 Junior Cups (Order of Merit) → 04. Mai, 22. Juni, während Sommercamp, 31. August 2024
- Juniorenclubmeisterschaft → 15. September 2024
- Clubmeisterschaft GCBR (18-Loch) → 27. & 28. Juli 2024
- Club-Matchplay 18-Loch (Maximal-Hcp. 36) → Anmeldung bis 18.04.24 / 18 Uhr
- Junior-Matchplay 9-Loch für Juniors mit Hcp → bei genügend Interesse (Umfrage beachten)
- Helfereinsätze (Events, Clubturniere) → Bitte Aushang am Whiteboard beachten
- INFO: Teilnahmekosten 18 Loch Juniors → Kosten 20.-/Turnier
- Teilnahme an den Frühlings- / Sommer- / Herbstevents
→ Ziel: Förderung der Teambildung / Austausch zwischen jüngeren und älteren Juniors

KOMMUNIKATION



- Der WhatsApp-Gruppenchat «**Juniors GCBR 2024 / INFOCHAT**» ist als Informationstool gedacht
- Der **WhatsApp-Trainingschat pro Gruppe** ist gedacht für allfällige Abmeldungen vom Training: Bitte meldet uns Abwesenheiten bis am Vortrag 18 Uhr. DANKE.
- 3 – 4 x pro Jahr kommunizieren wir auch per Email
- Mit wem kommunizieren wir? Grundsätzlich mit den Eltern via Email / WhatsApp
Kinder, welche bereits ein eigenes Handy oder eine Emailadresse haben, schreiben wir auch direkt an (Eigenverantwortung fördern).
- Es werden während der Trainings/Events immer wieder Bilder gemacht. Diese werden im Newsletter, am Whiteboard und vom GCBR auch auf Instagram veröffentlicht
→ wer das nicht möchte, soll sich bitte umgehend bei mir persönlich melden!

JUNIORS-PROGRAMM CLUBEBENE



Programm

Junioren 2024



Datum	Zeit	Programm/Event
April		
06. – Samstag	Ab 14:00 Uhr	Start Junioren-Training, Teil 1
18. – Donnerstag	18.00 Uhr	Anmeldefrist Matchplay 18-Loch
27. – Samstag	18.00 Uhr	Anmeldefrist Matchplay 9-Loch (mit Hcp.)
Mai		
04. – Samstag	Ab 14:00 Uhr	1. Junior Cup (St. Galler Trophy)*, OMJ, 3/6/9-Lochr
05. – Sonntag	Ab 14:00 Uhr	U12 Swiss Golf Qualifikationsturnier 9-Loch im GC Bad Ragaz (eigene Anmeldung)
19. – Sonntag		GolfSixes, Teamevent, 6 Loch in Brigels (nach Selektion)
Juni		
15. – Samstag		Future Masters (+ Helfereinsatz)
22. – Samstag		2. Junior Cup (Wood Trophy)*, OMJ, 3/6/9-Loch
KW 26		Abnahme Gold/Silber/Bronze Tests (während Trainings)
26. – Mittwoch	Ab 14:00 Uhr	U12 Swiss Golf Qualifikationsturnier 9-Loch im GC Heidiland (eigene Anmeldung)
Juli		
07. – Sonntag		Letztes Training vor den Sommerferien
12. – 14.		27. Swiss Seniors Open (Helfereinsatz)
27. – 28.		Clubmeisterschaften

Turnierkalender 2024

Februar 2024

März			
Mo	11		Eröffnung Golf Shop
Fr	29		Eröffnung Restaurant Gladys (Karfreitag)
April			
Mi	10	*	1. Men's 50+ Day – Eröffnungsversammlung
Fr/Sa	12/13		Demotag OnOff & Honma von Caligari Golfequipment
Sa	13	*	Mitgliederversammlung des Golf Club Bad Ragaz ab 18 Uhr
Mi	17	*	1. Ladies Day
Sa	20	*	Clubtag
Di	23	*	1. Ladies Turnier
Do	25	*	1. Men's Day
Fr	26	*	Regelabend ab 18 Uhr auf dem Platz mit anschl. Essen
Sa	27	*	Coupe des ménages & Coupe amicale
Mai			
Sa	04	*	St. Galler Trophy
Sa	04	OMJ	1. Junior Cup – 3/6/9-Loch ab 14:30 Uhr
So	05		U12 Swiss Golf Qualifikationsturnier – 9-Loch ab 14 Uhr
Sa	11	*	Perfect Smile Golf Trophy (Tee 1 & Tee 10)

SOMMERCAMP 2024



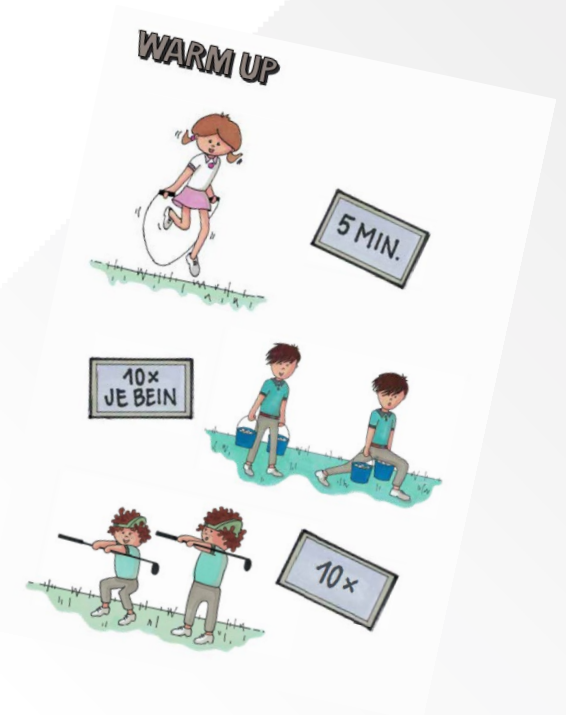
Umfrage beachten

12. April 2024



TRAININGS-STRUKTUR

- 15 Minuten vor Trainingsstart auf der Driving Range
10 Minuten davon individuelles Aufwärmen, danach gemeinsamer Start
- 2 x pro Saison → Juni / September
Gold/Silber/Bronze Test (Fitness, Chipping/Putting, Regeln)
- Jede/r Junior/in definiert schriftlich ein messbares, golferisches Ziel für diese Saison und teilt es dem Trainerteam via E-Mail juniorsgcbr@gmail.com mit.
Alle die es erreicht haben, nehmen Ende Saison an einer kleinen Verlosung teil → Einsendung bis **28.04.24**
- Handyverbot während dem Training und im Restaurant



ABLAUF JUNIOR CUP & JUNIOR-CLUBMEISTERSCHAFT



- Anmeldung für
 - Junior Cup Turniere (alle Kategorien*) bis spätestens Donnerstag 18 Uhr
 - Clubmeisterschaft (alle Kategorien*) bis spätestens Mittwoch 18 Uhr

→ Wo? Liste am Whiteboard, online per [App](#) oder [Web](#)
- Die Juniors melden sich am Eventtag beim Sekretariat an & holen ihre Scorekarte persönlich ab
- 60 Minuten vor der ersten Startzeit: Pro oder J&S Leiterinnen stehen zum Aufwärmen auf der Range zur Verfügung. Rängebälle werden zur Verfügung gestellt.
- Bitte 10 Minuten vor eurer Startzeit an Loch 1 eintreffen
- Auf der Startliste wird die Zeit fürs Nachtessen und die Rangverlosung mitgeteilt
- Dem Wetter angepasste Kleider und Equipment. Eigene Trinkflasche / Notproviant

* Die Kinder werden durch uns in ihre Leistungsgruppe (Startblock) eingeteilt.

ABLAUF TRAININGSTAGE / CAMPS

Interne Junioren-Events

Anmeldung: je nach Ausschreibung per WhatsApp, Email und am Whiteboard

Bitte erscheint pünktlich und wenn nichts anderes erwähnt: immer mit Golfequipment und ready für den Trainingsstart.

SICHERHEIT

Vor jedem Schlag immer zuerst den Sicherheitsabstand kontrollieren!

Immer FORE rufen, wenn du das Gefühl hast, dass jemand vor dir in Gefahr ist.

Schläger beim Transport ohne Bag immer am Kopf halten.

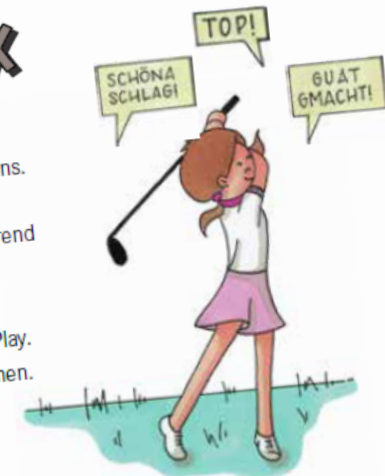
Was tun bei Gewitter? Ist das Unwetter schon ganz nahe: sucht euch eine nahe gelegene Hütte oder eine Mulde und geht in die Knie.

Abstand zu Bäumen, Bag und Schlägern halten.



JUNIOR KODEX

- Wir begrüßen und verabschieden uns.
- Sich an die Spielregeln halten während dem Training wie an Turnieren.
- Sei ehrlich und zuverlässig - Fair-Play.
- Auf Teamkollegen Rücksicht nehmen. Motiviere deine Mitspieler.
- Hab Spaß!



DER WEG ZUM HANDICAP



Erste Voraussetzung ist ein regelmäßiges Training
individuelle Trainingseinheiten sind sehr wichtig

Sobald euer Pro die Freigabe gibt, darfst du in Begleitung mit der Trainingsgruppe oder mit deinen Eltern / Grosseltern / Götti / Gotti auf den Platz. Verantwortung!

Der Weg zur Platzreife - die Übungen zu den Tests werden im Training integriert

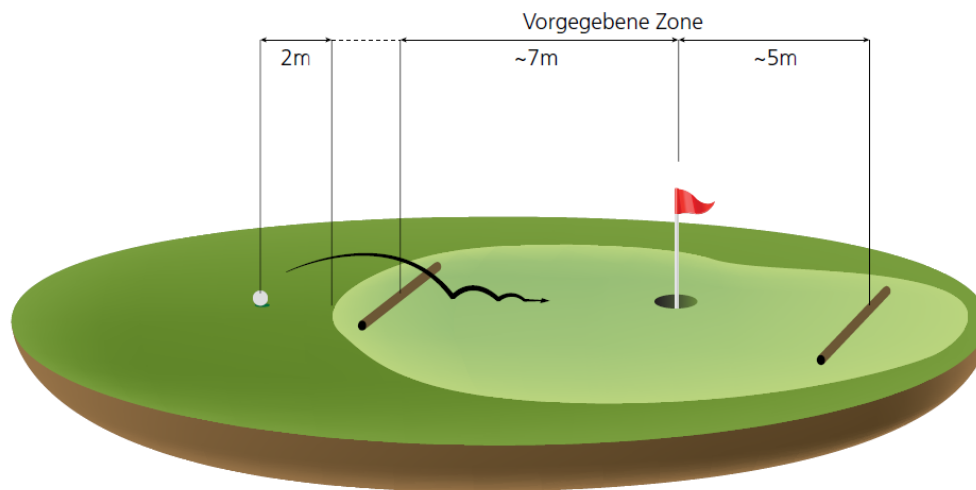
Bronze Test	3-Loch, verkürzte Löcher (Stroke + 5 Schläge)
Silber Test	6-Loch, verkürzte Löcher (Stroke + 5 Schläge)
Gold Test (du erhältst die PR)	9-Loch, verkürzte Löcher (Stroke + 5 Schläge)

Turnierteilnahme für PR/HCP (handicapwirksames Turnier)	9-Loch Junior Cup ab den Tees (Stableford) Jungs unter 12 Jahren spielen in Bad Ragaz von Rot
--	--

HIER AM BEISPIEL VOM BRONZE TEST

ABILITY TEST . CHIPPEN

Bronze



Was	Aufgabe	Anforderung	
Chippen	• Länge der Chips: 8 bis 10 m bis zum Loch	• Anzahl der Chips: 6 Bälle spielen • Ziel: min. 3 von 6 Bällen in die vorgegebene Zone spielen	

BEISPIEL FITNESS TEST



FITNESS TESTS

Bronze

Was	Aufgaben	Anforderungen
Einbeinstand	Einbeinig stehen und das Gleichgewicht halten.	Auf dem linken und rechten Bein ohne Absetzen je mindestens 30 Sekunden stehen.
Seilspringen	Mit dem Springseil springen.	Mindestens 20 mal hintereinander ohne Fehler, springen.
Golfball Weitwurf	Einen Golfball mit Überkopfwurf weit werfen.	Links und rechts je 5 Bälle, mindestens 7 m weit werfen.
Kräftigung Rumpfmuskulatur	Auf dem Boden in Bauchlage liegend mit gestreckten Armen neben den Ohren nach links und nach rechts rollen.	Je 5 Rollen nach links und nach rechts, wobei Arme und Beine immer in der Luft sind.

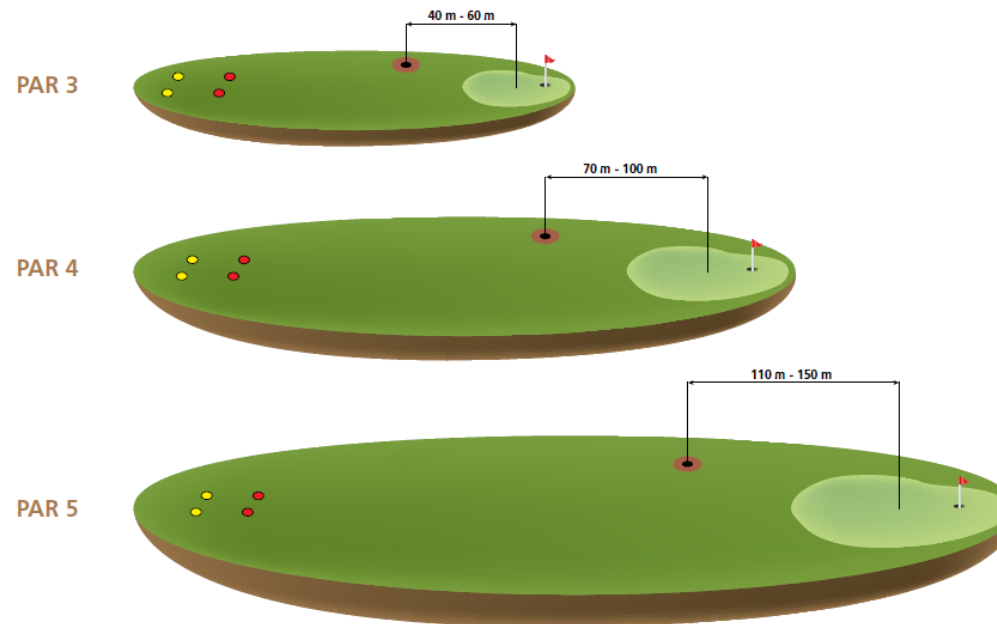
BEISPIEL SPIELEN AUF DEM PLATZ

SPIEL AUF DEM PLATZ

Bronze

Playing Test Bronze über 3 Loch (ein PAR 3, ein PAR 4, ein PAR 5), Spielform: Strokeplay, Ergebnis: Durchschnitt von Double Bogey.

Golf Course	PAR 3	PAR 4	PAR 5
Distanzen zwischen	40 m - 60 m (bis Mitte Grün)	70 m - 100 m (bis Mitte Grün)	110 m - 150 m (bis Mitte Grün)



AUSZUG PROGRAMM SWISS GOLF



- [U12](#) (PR)
- [U14](#) (Girls 35, Boys 30)
- [U16](#) / [U18](#) (Junior Tour Events & Challenge)
- [U 25](#) (Hcp Limiten erhöht), ab 19 Jahren, Hcp max 25
- [GolfSIXES](#) 6-Loch Team-Event, Brigels (zwischen 36.1 und PR) → 19. Mai 2024 (gemäss Selektion)
- Teilnahme [U12](#) in Bad Ragaz und Heidiland (individuelle Anmeldung) → 05. Mai 2024 & 26. Juni 2024

Weitere Events (individuelle Anmeldung)

- [Golf4Girls](#) (Förderprogramm für Girls U12)
- Boys & Girls Generation Championship,
29. Juni 2024 / Interlaken

**Swiss Golf alle Termine hier abrufbar:
[Turnierkalender](#) online (& Team Up App)**

FRAGEN - INPUTS



Vielen Dank für eure Aufmerksamkeit und bitte beachtet die Deadlines für die Anmeldungen!

Die Umfrage findet ihr hier: <https://forms.gle/VthUfyJKsJgehGPi9>

Bitte bis 21. April ausfüllen. Vielen Dank