

Le programme Sports-Arts-Études **en golf**

En collaboration avec la Commission scolaire des Hautes-Rivières

Un parcours de choix !

Objectif et description du projet

Le programme Sports-Arts-Études en golf vise à permettre aux élèves intéressés à concilier un cheminement pédagogique de qualité et un développement des aptitudes sportives en golf en vue d'atteindre un niveau de perfectionnement élevé. Il offre aux jeunes adeptes du golf une chance unique de perfectionner leur technique tout en développant d'autres importantes qualités telles la discipline, l'autonomie, le goût de l'effort et du dépassement ainsi que le sens de l'organisation.



« À mon avis, le golf, plus que tout autre sport, représente un microcosme de l'existence : à travers les défis et obstacles qu'il pose, il nous renvoie à notre essence. Il exige de nous intégrité, esprit sportif, santé et sens esthétique. »

Tiger Woods

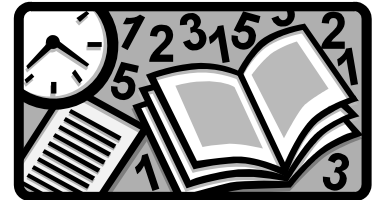
Clientèle visée

Le projet s'adresse tant aux filles qu'aux garçons de tous les niveaux scolaires du programme sports-arts-études soit les élèves de 5^e- 6^e année du primaire et de la 1^{re} à la 5^e année du secondaire. Tous les candidats sérieux, qui satisfont aux exigences de la Commission scolaire des Hautes-Rivières, qui ont une base en golf et qui sont très motivés peuvent participer au programme.

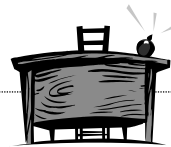


Durée du programme

La durée du programme correspond à celle du calendrier scolaire. L'entraînement de golf se déroule en après-midi



Responsable du programme



Yvon Roy, responsable

Yvon Roy est diplômé en administration des affaires et enseignant de golf depuis 1983. Golfeur de classe A, monsieur Roy a suivi de nombreux cours de perfectionnement dont ceux de l'école Rolland Stafford (É.U.) et d'autres cours dispensés par des professionnels du Québec. Cette formation fait de monsieur Roy un technicien de golf des plus appréciés de ses élèves.



Denis Roy, adjoint au responsable

Denis Roy est professeur de golf depuis 1983. Golfeur émérite de la région depuis plus de 30 ans, il a remporté de nombreux championnats dans la classe A au Club de golf de Saint-Jean. Monsieur Roy est le fondateur du *Circuit amateur de golf*.

Programme personnalisé

Chaque élève réalise un programme personnalisé d'entraînement basé sur son âge, son niveau de jeu, et ses qualités athlétiques. Les instructeurs utilisent les dernières technologies disponibles dont la caméra vidéo et le système informatisé de l'analyse de l'élan.

Programme

A. Techniques de base de l'élan :

- ⌚ La prise du bâton
- ⌚ la position de base, la posture et l'alignement
- ⌚ la montée et le plan de l'élan
- ⌚ le transfert du poids
- ⌚ l'équilibre et le tempo
- ⌚ le dégagé et la fin de l'élan
- ⌚ les coups avec les bois - les coups avec les fers.



B. Maîtrise des techniques avancées pour modifier la trajectoire de la balle :

- ⌚ Le crochet de gauche à droite et de droite à gauche
- ⌚ les balles basse et haute
- ⌚ la puissance du coup de départ
- ⌚ l'effet rétro de la balle.

C. L'apprentissage des techniques du petit jeu :

- ⌚ Les coups d'approche
- ⌚ les coups dans les fosses de sable
- ⌚ les coups roulés.

D. Sensibilisation à divers aspects du golf :

- ⌚ L'aspect psychologique
- ⌚ la stratégie sur le terrain
- ⌚ la gestion efficace d'une partie de golf
- ⌚ la condition physique
- ⌚ la nutrition
- ⌚ l'équipement.

Horaire et journée type

Horaire	Lieux d'entraînement
Automne et printemps	Entraînement extérieur : aux Clubs de golf St-Jean et Pinegrove
Hiver	Entraînement intérieur : Golf/gym, 31, rue Victoria au Centre-ville de Saint-Jean-sur-Richelieu. Un local aménagé pour l'apprentissage du golf avec un vert de pratique et des filets pour frapper des balles.

Journée type

15 minutes	Échauffement
45 minutes	Plateau 1 Coups d'approche et coups roulés
60 minutes	Plateau 2 Coups de fers et de bois

Coût

Le coût du programme sports-arts-études en golf est d'environ 2900 \$ et varie selon le nombre d'inscriptions (payable en cinq versements).



À noter, l'abonnement au Club de golf est en sus.

Séance d'information

Une séance d'information sur les programmes Sports-Arts-Études est prévue le 13 septembre 2018 à l'édifice Beaulieu de l'école Joséphine-Dandurand. Surveillez les journaux pour connaître les détails de cette réunion.

Pour information :

Monsieur Yvon Roy

25, boulevard du Séminaire Nord

Saint-Jean-sur-Richelieu Qc J3B 5J3

(450) 357-1305 yy.roy@sympatico.ca

www.golfyvonroy.com

www.facebook.com/golfyvonroy