

REHAB
golf




BREINHOLTGÅRD
GOLF KLUB

Mer' end golf

REHAB GOLF

Man behøver ikke være ung eller en toptrænede person for at få gavn af at spille golf.

Golf er for alle og for hele livet

Breinholtgård Golf Klub vil i samarbejde med Dansk Handicap Forbund og Hjerneskadeforeningen også i sæson 2024 gennemføre rehabiliteringsgolf, som et hjælpemiddel i forbindelse med rehabilitering. Heraf benævnelser REHAB golf.

Breinholtgård Golf Klub er af Dansk Handicapforbund, udpeget til i samarbejde med Hjerneskadeforeningen, at tilbyde aktiviteten golf, som et element i genoptræningen af mennesker med fysisk og kognitiv funktionsnedsættelse



REHAB golf – hvad er det?

Fysisk aktivitet, frisk luft, træning, golfspil og deltagelse i et socialt fælles -skab. REHAB-golf har vist sig at være meget velegnet i forbindelse med rehabilitering af mennesker med fysiske- og kognitive udfordringer.

Golftræning og golfspil giver motion, kræfter og balance, og kan være et godt supplement til anden genoptræning.

REHAB golf giver livskvalitet

Aktiviteten henvender sig til alle mennesker med fysiske eller kognitiv funktionsnedsættelse - ikke kun mennesker påvirket af en hjerneskade.

Hver fredag i perioden medio april til udgangen af september gennem-føres REHAB golf, der omfatter viledning, træning, spil og socialt samvær.



REHAB-medlemskab

Medlemskab for REHAB-spillere i BGK koster 1.375,00 kr. for hele 2024.

- Medlemskabet giver følgende muligheder:
 - deltagelse i fredags vejledning/træning og spil
 - fri benyttelse af træningsfaciliteterne
 - fri benyttelse af træningsbolde på driving-range
 - fri benyttelse af Par 3-banen

Der er mulighed for en prøveperiode **på en måned** inden endelig tilmelding.

Som ikke tidligere golfspiller vil man ved deltagelse i fredagsarrangementerne få viden om golfregler, golfspil og golfetikette.

Der er mulighed for at låne golf køller/jern.

REHAB udvalget forventes over tid at kunne disponere over elscootere, der gør det muligt for de mest fysiske udfordrede at gennemføre både træning og spil på Par 3 banen.



Fredagstræning og spil

Træning på fredage gennemføres under vejledning af professionelle trænere med støtte fra frivillige hjælpere.

Mødetid ved træningsbanen kl. 9.30 hver fredag

Træning og vejledning kl. 9.30 - 10.15

Spil på Par-3 banen kl. 10.15 - 12.00

Kl. 12.15 mødes vi alle på terrassen eller i klubhuset, alt efter vejret

- Afslutning på **spil**
- Mulighed for køb af mad og drikke
- Socialt samvær



Trænings- og spilledage

REHAB golf starter fredag i uge 14 og slutter i udgangen af uge 40. Hver fredag inden for perioden gennemføres

REHAB golf, der vil omfatte introduktion til golf, vejledning og træning, spil og socialt samvær.

Der er sommerpause i perioden uge 26-30/2024.



Information og tilmelding

For tilmelding eller yderligere information, kontakt Kim Meyer via

mail: **kim58meyer@outlook.dk**

mobil: **4025 0661**

Oplys navn, mailadresse, alder, handicap (fysisk begrænsning), højre/
venstre hånden og om du er selvtransporterende.



Socialt samvær

Breinholtgård Golf Klubs historie strækker sig tilbage til 1991 og 1. marts 1992 blev klubben godkendt som nr. 78 i DGU's regi.

Breinholtgård Golf Klub er et af Danmarks bedste 27 hullers golfanlæg anlagt i smukke omgivelser, lige uden for Esbjerg. De varierede huller og vestenvinden giver masser af udfordringer for alle golfspillere.

REHAB golfere vil primært anvende golfbanens træningsfaciliteter og Par 3 banen.

Breinholtgård Golf Klub lægger vægt på fællesskab og gensidig respekt.

Vi er en klub med medlemmer fra 4 år til sidst i 80'erne og vi har fra ungdom og elite til Seniorklubber og alt ind i mellem.



Frivillige hjælpere

Der **etableres løbende** en gruppe af frivillige hjælpere, som tager sig af praktiske opgaver og vejledning. Som hjælper er der mange forskellige opgaver, der alle har til formål, at sikre REHAB-golf spilleren får en god oplevelse. De frivillige hjælpere deltager i hele arrangementet og kan hjælpe med stort som småt.

Deltagerne må også gerne selv medbringe hjælpere

- eventuelt med kendskab til golfspillet - men er ikke noget krav

Er du interesseret i at blive REHAB hjælper og derved hjælpe andre i gang med dette fantastiske spil – og samtidig gøre en rigtig god gerning – da kontakt Kim Meyer

mail: kim58meyer@outlook.dk

mobil: 4025 0661



REHAB golf i Danmark

“SO-golf” (SO = olympics) for udviklingshæmmede

“Paragolf” er golf for blinde personer og personer med mindre fysiske handicap, og som har et registreret golfhandicap på max 24,6

“REHAB-golf” er golf brugt som led i genoptræningen af personer med svære funktionelle handicaps, ofte neurologiske handicap

REHAB golf tilbydes i
Breinholtgård Golf Klub
Koksspangvej 17-19
6710 Esbjerg V



Velkommen

Der er mange frivillige kræfter i klubben og vi glæder os til at byde jer velkommen til et fantastisk sted.

Vi håber, at REHAB golf kan gøre en forskel for dig.

På gensyn i Breinholtgård Golf Klub.





Kom videre med livet
– bliv REHAB golfer

BREINHOLTGÅRD GOLF KLUB
Kokspangvej 17-19
6710 Esbjerg V
Tlf. 7511 5700
info@bggc.dk
www.bggc.dk



BREINHOLTGÅRD
GOLF KLUB