

REHAB
golf




BREINHOLTGÅRD
GOLF KLUB

Mer' end golf

REHAB GOLF

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

Golf er for alle og for hele livet

Breinholtgård Golf Klub vil fortsætte samarbejdet med Dansk Handicap Forbund og Hjerneskadeforeningen omkring rehabiliteringsgolf, som et hjælpemiddel i forbindelse med rehabilitering. Heraf benævnelser REHAB.

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



REHAB golf – hvad er det?

REHAB golf giver livskvalitet

Fysisk aktivitet, frisk luft, træning, golfspil og deltagelse i et socialt fællesskab. 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, forøgede kræfter og styrker balanceevnen og kan være et godt supplement til anden form for genoptræning.

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

Man skal være selvhjulpnen eller have egen ledsager/hjælper med.

REHAB-medlemskab

Medlemskabet giver følgende muligheder:

- deltagelse i fredagenes vejledning/træning og spil
- fri benyttelse af indendørs og udendørs træningsfaciliteter
- fri benyttelse af træningsbolde på driving-range
- fri benyttelse af Par 3-banen

Der er mulighed for en prøveperiode på tre gange 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.

Fredagstræning og spil

REHAB Golf træner i perioden fra fredag efter påske til fredag før efterårsferien.

Sommerpause i uge 27-31.

Træning på fredage gennemføres under vejledning og støtte fra frivillige hjælpere og golfklubbens trænere.

Mødetid ved træningsbanen kl. 9.30, hver fredag

Samling kl. 9.30 med opvarmning og efterfølgende spil på Par-3 banen

Kl. 12.00 mødes vi alle i restauranten, alt efter vejret.

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



Jesper Thorsøe



Oliver G. Møller

Information og tilmelding

For tilmelding eller yderligere information, kontakt Mette Rindom, via

mail: mette.rindom@hotmail.dk

mobil: 2088 5651

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 vil blive etableret 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.

Er du interesseret i at blive REHAB hjælper og derved hjælpe andre i gang med dette fantastiske spil – og samtidig gøre en forskel – kontakt da Mette Rindom.

mail: mette.rindom@hotmail.dk

mobil: 2088 5651





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