



AMP - ALLES IST MÖGLICH!

11.03.2023 – 18.03.2023

Anmeldungen bitte an:

amp golf - Internationale Golfschulen | Gross Parin 35/1 | D-23611 Bad Schwartau

Tel.: 0451-70 73 15 70 | Fax.: 0451 70731572 | e-Mail: info@amp-golf.de | web: www.amp-golfschulen.de

So geht optimale Saisonvorbereitung!

Bei „Golf à la carte – Alles ist möglich“ begleiten Sie amp- Golfprofessionals, ein Golf-Qigongtrainer, ein Ernährungsberater und ein Mentalcoach in Ihre Saisonvorbereitung 2023. Ihr Vorteil: Erstklassiger Golfunterricht – für Könner wie auch für Anfänger - in Kombination mit speziellen Angeboten zu Ernährung, Mentaltraining und Golf Fitness.

Auf dieser sportlich-erholsamen Reise nach Spanien, werden Sie mit dem einmaligen amp 4 Säulen-Programm Ihr Spiel und Ihre physische und mentale Fitness optimieren.

Das amp 4 Säulen-Programm steht für das „Geheimnis“ erfolgreichen Golfens. Nur amp setzt seit jeher auf einem ganzheitlichen Ansatz aus Körper, Geist, Ernährung und Technik.

Erfahrene Spezialisten zeigen Ihnen, wie Sie Ihre ganz persönlichen Möglichkeiten aufspüren und optimal nutzen.



INGESCHLOSSENE LEISTUNGEN:

- **Unterkunft in einem Doppelzimmer im 5 Sterne**** Precise Resort El Rompido**
- **Halbpension**
- **tägliches Training durch die amp Golfschule**
- **5x Greenfee mit reservierten Teetimes auf den Plätzen Nord und Süd El Rompido**
- **Reiseleitung und Betreuung durch die amp Golf – Internationale Golfschulen**

Reise Grundpreis: 1.395,-€
Einzelzimmerzuschlag: 245,-€

Anmeldungen bitte an:

amp golf - Internationale Golfschulen | Gross Parin 35/1 | D-23611 Bad Schwartau

Tel.: 0451-70 73 15 70 | Fax.: 0451 70731572 | e-Mail: info@amp-golf.de | web: www.amp-golfschulen.de

Ihr Golfhotel Precise Resort El Rompido

Umgeben von einem Naturschutzgebiet an der malerischen Küste der Costa de la Luz bietet das Hotel im Precise Resort El Rompido die perfekte Kulisse für Ihren nächsten Golfurlaub in Spanien. Die Flughäfen von Sevilla, Jerez und Faro sind nicht weit entfernt.

El Rompido ist ein malerisches Fischerdorf und an der Flussmündung des Río Piedras, einige westlich von Huelva. Der Flughafen Faro in Portugal und die Flughafen von Sevilla liegen ca. 100 bzw. 134 Kilometer vom Hotel entfernt.

Modern und mit freiem Blick auf die umliegende Naturlandschaft und die beiden hoteleigenen 18-Loch-Golfplätze bietet das Hotel im El Rompido Resort auch anspruchsvollen Gästen sämtliche Annehmlichkeiten. Das 5-Sterne-Hotel mit 184 Zimmern verfügt über zwei Restaurants, eine Bar und einen Nachtclub. In dem großzügigen Gartenbereich befindet sich eine Poollandschaft mit Sonnenliegen. Familien können ihre Kinder im Miniclub sicher betreut wissen.

Das Wellness-Center bietet einen Innenpool, Whirlpool, Dampfbad, Sauna, Fitness Center sowie Behandlungsräume in denen Gäste zahlreiche entspannende Anwendungen genießen können.



NICHT EINGESCHLOSSENE LEISTUNGEN:

- **Flug und Transfers
Flughafen - Hotel
(selbstverständlich
übernehmen wir auf
Wunsch die Buchung für
Sie)**

Anmeldungen bitte an:

amp golf - Internationale Golfschulen | Gross Parin 35/1 | D-23611 Bad Schwartau

Tel.: 0451-70 73 15 70 | Fax.: 0451 70731572 | e-Mail: info@amp-golf.de | web: www.amp-golfschulen.de

Golfplatz El Rompido

Golf El Rompido befindet sich inmitten der Naturlandschaft des Sumpfgebietes am Rio Piedras.

El Rompido ist die einzige Anlage in der Gegend, die über 36 Löcher (Platz Nord und Platz Süd) verfügt.

Beide Plätze sind von Kiefern und Orangenbäumen umgeben, erstrecken sich entlang des Sumpfgebietes und öffnen sich zum Atlantik hin mit einer spektakulären Sicht. Der Sütplatz (Campo Sur) wurde im Oktober 2003 eröffnet.

Er besteht aus zwei Schleifen, die sowohl in Bezug auf die Technik als auch auf die Landschaft sehr unterschiedlich sind. Der Platz kann gelaufen werden. Der Nordplatz (Campo Norte) folgte im Juni 2006. Der Platz ist modern gestaltet, jeder Schlag muss genau überlegt sein.



Anmeldungen bitte an:

amp golf - Internationale Golfschulen | Gross Parin 35/1 | D-23611 Bad Schwartau

Tel.: 0451-70 73 15 70 | Fax.: 0451 70731572 | e-Mail: info@amp-golf.de | web: www.amp-golfschulen.de

amp Golf a`la carte - Alles ist möglich

Golf a`la carte richtet sich an alle mitreisenden Golfer: An Fortgeschrittene und Niedrig-Handicapper ebenso wie an Golfeinsteiger (Platzreifekurs und Anfänger).

Jeden Tag setzen Sie gemeinsam mit dem Trainer einen anderen Schwerpunkt. Entsprechend Ihrer Spielstärke trainieren Sie unter fachlicher Begleitung die wesentlichen Elemente des Spiels: Hölzer und Abschläge, Eisen, kurzes Spiel mit Chippen und Putten, Bunkerspiel, Troubleshoots und Video Coaching.

Nach dem Motto „Take it to the course“ trainieren Sie außerdem die strategischen Aspekte des Golfspiels sowie Taktik und Course Management.

Profitieren Sie von „Unlimited Golf“ inklusive.

Alle Trainingseinheiten finden entweder auf der Driving Range oder auf den Golfplätzen von El Rompido statt und Sie trainieren zusätzlich individuell so viel Sie wollen! Mit diesem Golfpower Kompakt Paket erhalten Sie an fünf Tagen unlimited Greenfee.

Beschließen können Sie Ihren Golftag – ganz nach Belieben - mit unserem amp-Abendprogramm, z.B. zur Auffrischung der Regelkenntnisse.



Anmeldungen bitte an:

amp golf - Internationale Golfschulen | Gross Parin 35/1 | D-23611 Bad Schwartau

Tel.: 0451-70 73 15 70 | Fax.: 0451 70731572 | e-Mail: info@amp-golf.de | web: www.amp-golfschulen.de

amp 4 Säulen Programm

Wir erarbeiten gemeinsam, wie Sie Ihrem Ziel eines verbesserten Golfspiels näherkommen.

Hier sind alle HCP-Klassen willkommen.

Jeder kennt es: Sie feilen an Ihrer Technik, ändern Ihre Handhaltung, probieren andere Schläger und trotzdem – etwas fehlt? Fällt es Ihnen schwer, Trainingsempfehlungen umzusetzen oder Sie empfinden Leistungsblockaden bei wichtigen Spielen?

Unser Coachingprogramm „**amp Mental**“ schafft Abhilfe.

Sie bekommen das für Sie individuell am besten funktionierende Werkzeug mit auf den Weg und können damit selbständig weiter an Ihren persönlichen Zielen arbeiten.

Mit „**amp FIT**“ zeigen wir Ihnen Methoden, die Ihre Beweglichkeit des Körpers stetig und nachhaltig verbessern. Der amp - Qigonglehrer und Heilpraktiker aus der Schweiz, verfügt über eine über 15 jährige Erfahrung im Bereich Qigong, Chinesische Medizin, Akupunktur, Tuina Massage und chinesische Diätetik.



ZUBUCHBARE LEISTUNGEN:

amp 4 Säulen Programm
Paketpreis: 289,- € pro Person

Mindestteilnehmerzahl:
6 Personen

Anmeldungen bitte an:

amp 4 Säulen Programm

In der **amp Ernährungsberatung** erarbeiten wir ein individuelles Programm, das genau zu Ihnen passt: denn nicht jede Ernährungsform eignet sich für jeden Menschen und optimal ist immer relativ. Darum ist Ihr amp Ernährungsplan einzigartig, berücksichtigt genetische Voraussetzungen genauso wie Ihr allgemeines Aktivitätslevel und Ihre Psyche sowie Persönlichkeit.

Zu den Vorteilen einer optimierten Ernährung für Golfer gehören:

- Verbesserte Muskelkraft
- Verbesserte Konzentration und Fokussierung
- Höheres Energieniveau
- Schnellere Erholung nach Training oder Wettkampf

Warum Ernährung wichtig ist? Weil Golfspiel ein Energiespiel ist.

Also: Lassen Sie uns Ihren persönlichen amp Ernährungsplan aufsetzen und mehr Schwung in Ihr Golfspiel– und in Ihr gesamtes Leben – bringen.



ZUBUCHBARE LEISTUNGEN:

amp 4 Säulen Programm
Paketpreis: 289,- € pro Person

Mindestteilnehmerzahl: 6
Personen

Anmeldungen bitte an: