

PRELIMINÄRT SCHEMA

SCHEMA-2025-2026 IDR 1 Vårtermin Susanne - LJGK - Hampus - Daniel - Therese - Per

TISDAGAR- Specialidrott Nivå 1, Tävlings och Träningslära 50 p i Idrott 1

TORSDAGAR- Specialidrott Nivå 1

JANUARI

13/1	ToT-	7.45-09.45	med Susanne på Vanningen	Susanne	
			Redovisning av IDR 2 projekt	ToT- ombyta till 7.45	Susanne, Per
		10.15 -11.30	Dopingföreläsning B101	Therese, Per	
		12.30- 14.00	Praktisk Golf på Vellinge GK	Therese	
15/1	IS-	14.00-15.30	på Formtoppen med Hampus	Hampus	
20/1	ToT-	8.00-09.45	med Susanne på Vanningen	Susanne	
	IS-	10.15-11.30	Mental Träning med Peter Martinsson—B101 Idr 1-3	Therese, Per	
	IS-	12.30-14.00	Praktisk Golf på Vellinge GK	Therese	
		15.00-16.15	Mental Träning med Peter Martinsson- Endast ni i Idr 1 B101	(Per)	
22/1	IS-	14.00-15.30	på Formtoppen med Hampus	Hampus	
27/1	ToT-	8.00-09.45	med Susanne på Vanningen	Susanne	
	IS-	10.30-12.00	Praktisk Golf/Ind coach på Vellinge GK	Therese Per	
	ToT-	13.00-14.15	Mental träning med Peter Martinsson B101	Therese	
29/1	IS-	14.00-15.30	på Formtoppen med Hampus	Hampus	

FEBRUARI

3/2	ToT-	08.00-09.45	med Susanne på Vanningen	Susanne	
	IS-	12.15-14.15	Praktisk Golf/Ind coaching på Vellinge GK	Therese	
5/2	IS-	14.00-15.30	på Formtoppen med Hampus	Hampus	
10/2	ToT-	8.00-09.45	med Susanne på Vanningen	Susanne	
	IS-	11.00-16.00	Februarimästaren	Per Therese	
12/2	IS-	14.00-15.30	på Formtoppen med Hampus	Hampus	
24/2	ToT-	8.00-09.45	med Susanne på Vanningen	Susanne	
	IS-	12.00-14.00	Korthålsterror med mentala inslag på LJGK	LJGK Per Therese	
26/2	IS-	14.00-15.30	på Formtoppen med Hampus	Hampus	

MARS

3/3	ToT-	8.00-09.45	med Susanne på Vanningen	Susanne	
	IS-	12.00- 14.00	Praktisk Golf/Ind.Coaching på Vellinge GK	Therese Per	
5/3	IS-	14.00-15.30	Praktisk Golf på Vellinge-Ind coaching/ Måldokument	Therese Per	
10/3	ToT-	8.00-09.45	på Vanningen med Susanne	Susanne	
		12.00-14.00	Balansplatta på Trelleborgs GK (Lars Lind)	Therese Per	
12/3	IS-	14.00-15.30	KU DAG (på Formtoppen/	Hampus)	
17/3	ToT-	8.00-09.45	med Susanne på Vanningen	Susanne	
	ToT-	11.30-12.45	Mental Träning med Peter Martinsson B101		
		13.00-	Marsmästaren på LJGK	Therese (LJGK)	
19/3	ToT-	13.45-15.45	Praktisk Golf/Ind.Coaching på Vellinge GK	Therese Per	
24/3	ToT-	8.00-09.45	på Vanningen med Susanne	Susanne	
	IS-	12.00-14.00	Praktisk Golf/Ind coaching på Vellinge GK	Daniel Therese	
26/3	IS-	14.00-15.30	på Formtoppen med Hampus	Hampus	

April

7/4	ToT-	12.30-15.00	PEI tester på LJGK 8 Boll+ puttar	Therese LJGK	
9/4	ToT-	13.45-15.45	PGU träning på Vellinge GK	Therese	
14/4	ToT-	12.00-14.00	PEI TESTER slag på Vellinge	Therese Daniel	
16/4	IS-	13.30-15.30	Praktisk Golf på Vellinge GK	Therese	
21/4	IS-	11.00-	Aprilmästaren	Therese Per	
23/4	IS-	14.00-15.30	på Formtoppen med Hampus- Fystester	Hampus	
(28/4	IS-	7.30-12.30	Match Malmö Golfgymnasium (KU DAG????)		
30/4	IS-	14.00-16.00	Praktisk Golf/Ind.coaching Vellinge GK	Daniel Therese	

MAJ

5/5	IS-	8.30-12.00	Häst, Segling och Golf möts-hos Golf – Idr 1+3	Therese Per	
		13.00-15.00	Klasskampen på Korthål på Vellinge GK	Therese Per	
7/5	ToT-	13.45-15.45	Praktisk Golf på Vellinge GK / Betygssamtal ind coaching—)	Therese Per	
12/5	IS-	9.00-12.00	Praktisk Golf på Vellinge /Loft o lie check /Ind. coaching)	Therese Per Daniel	
	IS-	13.00-16.00	Custom fit på Vellinge Titleist/Acushnet)	Therese Per	
19/5	IS-	9.00-12.00	GM i korthål på Vellinge GK Idr 1-3)	Therese Per	
		12.00-	egna förberedelser inför tävling/inspel		
21/5	IS-	13.45-15.45	Korthåls terror/Betyg om ej färdigt på Vellinge)	Therese Per	
26/5	ToT-	6.00-20.00	Maratongolf+Maj mästare-LJGK- Flommen- Falsterbo	Per	
28/5	IS-	13.45-15.45	PGU Golf på Vellinge	Therese Per	

JUNI

2/6	IS-	9.00-12.00	Stationsträning med matcher mellan Idr 1-2	Therese Per	
4/6	IS-	13.45-15.45	Praktisk Golf på Vellinge	Therese Per	
9/6			Saft och bullar 11/6 Skolavslutning		

