



Forbliv I Topform Hele Golfsæsonen

Kære medlemmer af Mollerup Golf Club

Golfsæsonen er endelig i gang – og vi ved, at mange af jer glæder jer til at få mest muligt ud af spillet i de kommende måneder.

Vi har haft fornøjelsen af at træne med rigtig mange af jer hen over vinteren til Golf Fitness, og vi håber, at det allerede kan mærkes – både i svinget og på scorekortet.

Men uanset om du har været med til vintertræning eller ej, så er den fysiske form en vigtig faktor for både præstation, skadesforebyggelse og spilleglæde – hele sæsonen igennem.

Derfor vil vi gerne give dig de bedste forudsætninger for en stærk og skadefri golfsæson – med et eksklusivt sommer-tilbud og en række relevante ressourcer til dig som golfspiller.

Tilbud – træning hele sommeren med 50% rabat.

Vi vil gerne hjælpe dig med at holde formen ved lige hele sommeren! Derfor tilbyder vi lige nu 3 måneders træning med 50% rabat – kun 199 kr./md.

Dit medlemskab giver adgang til:

- Fri brug af vores fitnesscenter
- Deltagelse på vores holdtræning, herunder:
 - Golf Fitness
 - Styrke & Teknik
 - Yoga
 - og meget mere!

👉 Klik her for at aktivere dit tilbud: <https://ezme.io/c/XuD/0xLS>

OBS: Tilbudet gælder ved oprettelse inden uge 24.

OBS: Medlemskabet fortsætter til normal pris efter 3 måneder, med løbende måned + 1 måneds opsigelse.



Kom i gang med 5 minutters opvarmning – inden du slår ud.

Golf fysioterapeut Jakob Holst har lavet to korte videoer med enkle opvarmningsrutiner med golfjern – én til begyndere og én til øvede. Det tager kun 5 minutter før runden, men giver dig:

- Bedre bevægelighed
- Færre skader
- En bedre start på runden

👉 Se video til begyndere: <https://www.facebook.com/watch/?v=729015676088539>

👉 Se video til øvede: <https://www.facebook.com/watch/?v=771795288234189>

Har du ondt, eller føler dig begrænset i svinget? Tilbud til fysioterapi!

Vores fysioterapeuter står klar hele sommeren. Hvis du oplever smerter, nedsat bevægelighed eller andre gener, der påvirker dit golfspil, så kan du altid booke en tid – helt uden henvisning.

Hele sommeren tilbyder vi medlemmer af Mollerup Golf Club første konsultation hos vores fysioterapeuter til halv pris – kun 275 kr. for 45 minutters grundig undersøgelse og rådgivning.

Vi samarbejder med Sygeforsikringen "danmark" og de fleste sundhedsforsikringer.

👉 Book en konsultation her: <https://ezme.io/c/XuD/oSIZ>

Golf Body Test – optimer dit golfsving.

Vil du kende dine fysiske styrker og begrænsninger i relation til dit sving? Vores Golf Body Test kortlægger præcis, hvordan din krop påvirker din golfteknik – og hvad du kan gøre for at forbedre det. Pris: 1.495 kr.

Se vores introduktionsvideo her:

👉 <https://www.youtube.com/watch?v=XwDFb8Q3L34&t=7s>

Book en Golf Body Test her:

👉 <https://ezme.io/c/XuD/0X3p>

Vi glæder os til at hjælpe dig med at få mest muligt ud af golfsæsonen – både på og uden for banen!

Med venlig hilsen,

Motus Fit

Henrik Søndergaard, Klinikchef

Jakob Holst, Golf Fysioterapeut

