

LES TARIFS

Les cours individuels	Durée	Prix
Cours individuel	30 min	30 €
Cours individuel	1h	60 €
Parcours accompagné	2h	120 €
Forfait	6h	330 €
Test Biomécanique	2h	150 €
Cours Plateforme / Kvest	2h	150 €
Leçon Focus Band	1h30	100 €
Passage carte verte	10h	650 €
Cours juniors - 12 ans	1h	50 €
Les forfaits sont valable 1 an Balles practice et club fournis		

Les cours collectifs et stages	Durée	Prix
Cours collectif 2 personnes	1h	65 €
Cours collectif 3 personnes	1h	90 €
Cours collectif 4 personnes	1h	110 €
Forfait 2 personnes	6h	360 €
Forfait 2 personnes	10h	590 €
Cours collectif enfant / pers	1h	25 €
Baptême golf / pers	2h	55 €
Stage juniors / pers	10h	250 €
Stage carte verte / pers	10h	350 €
Stage débutant / pers	10h	300 €
Stage obtention HCP / pers	10h	350 €
Parcours accompagné / 2 pers	2h	130 €
Stages à l'étranger me consulter		

Pour vos séminaires entreprises, mariages, anniversaires
PRIX SPÉCIAL

LES PARTENAIRES

GOLDEN TULIP 

aix-les-bains



LA MANGA CLUB
sport & leisure



François GILLOT

06 87 01 84 44

contact@gillotgolf.com

Toutes les informations sur
www.gillotgolf.com



© Jmgarciations - 04/2018 - Ne pas jeter sur la voie publique

FRANÇOIS GILLOT



Coach de Golf

*Un enseignement moderne
pour tous types de joueurs*



PRÉSENTATION



FRANÇOIS GILLOT



Professionnel de Golf
Diplômé d'État depuis 1988
Certifié petit jeu
Certifié Smart2move
Certifié BioSwing Dynamics
Membre PGA France



UN COACHING MODERNE POUR TOUS

Un enseignement dynamique et moderne. Des outils très avancés pour analyser le geste du golf et ainsi permettre une progression très rapide.

Mes connaissances du geste et de la biomécanique adaptée au golf me permettent une analyse précise des problèmes et des solutions à apporter aux joueurs.

Mis au point par Mike Adams, désigné meilleur coach de l'année 2016 par la PGA USA, mon bilan biomécanique fera ressortir en fonction de critères précis et par rapport à des mesures sur vous quel type de swing vous devez adopter en fonction de votre morphologie.

Comment permettre à chacun de trouver son propre swing ?

En effet, lorsque nous regardons du golf à la télé, nous pouvons remarquer qu'il existe un swing pour chaque joueur et qu'il n'existe pas un swing idéal. Le swing idéal est celui qui va vous

permettre de transmettre le maximum de vitesse à la balle à l'impact et de maintenir la face de club square à l'impact.

Quel grip devez vous adopter et en fonction de quels critères ? Quelle posture ? Devez-vous faire un swing avec plus de rotation, plus de hauteur ou plus de translation ?

Les résultats sont immédiats car essayer de faire un swing efficace sans respecter son corps c'est impossible. Cette méthode est révolutionnaire car elle donne des résultats très rapides et de nombreux élèves peuvent en témoigner.

Elle s'applique à tout âge.

Mon seul objectif, des progrès rapides pour un maximum de plaisir.

MON OBJECTIF

**DES PROGRÈS RAPIDES
POUR UN MAXIMUM DE
PLAISIR**

LES OUTILS

PLATEFORME SMART2MOVE

Comment améliorer sa distance en moins de 10 minutes ! Les plateformes de force Smart2move, permettent de voir en temps réel ce qui se passe sous vos pieds :

- Appuis avant . arrière
- Centrage du corps
- Poussée verticale à l'impact
- Transfert de poids dans le mouvement

<https://smart2move.com>



LA KVEST 3D

Cet outil permet de connaître avec précision ce que votre corps fait dans le swing et vous permet de le sentir et de le corriger en un temps record.

Un bilan complet est envoyé au joueur en fin de séance par mail..



LE FOCUS BAND

Pour ne plus avoir peur des hors limites, des bunkers et autres... Pour ne plus avoir de stress sur un parcours, essayez le focus band.

Cet outil est employé depuis peu par Jason Day, Joana Kiatten et de très nombreux pros.



LE FLIGHTSCOPE

C'est un radar très sophistiqué qui analyse le vol de la balle et nous dit avec précision comment votre club attrappe la balle et quelles modifications apporter.



LE ROTEX

Un outil très efficace pour gagner en souplesse rotation hanches et buste et travail de dissociation haut/bas du corps, essentiel au golf. Progrès très rapides.



LES PRESTATIONS

- Baptême golf • Stage débutant • Stage perfectionnement • Stage handicap • Stage carte verte • Stage juniors toutes les vacances scolaires • Bilan biomécanique BioSwing Dynamics • Séminaire entreprises • Stage étranger •

NOUVEAUTÉS

- Analyse de vos appuis sur plateformes Smart2move (gain de puissance garanti)
- Séance Focusband • Bon cadeau •