

Stage de golf Séjour Golf Tour



Du 21 au 26 Octobre, j'ai eu la chance avec ma chérie de participer à un stage de golf en Espagne, organisé par l'agence **Séjour Golf Tour** et son pro **Guillaume Grampayre**, dont vous retrouvez sur ce blog les **exercices du mois**.

Logés à l'**hôtel Panorama** à l'Estartit, le programme prévoyait 2h à 2h30 de cours le matin, le repas et un parcours accompagné l'après midi. Donc du costaud et de l'intensif. On allait pas être déçus ☐

Le lundi matin le rendez-vous avait été donné sur le golf de l'**Emporda**, qui possède 2 parcours, la Forêt et le Links. Sur le practice au fond du golf, nous avons revus les fondamentaux. Nous étions 9 stagiaires et les niveaux allaient de golfeurs (euses) de niveau moyen à de bons golfeurs (euses), donc le niveau était un peu disparate. Mais Guillaume a su adapter ses cours à tout le monde. L'après midi, découverte et mis en situation sur le parcours de la Forêt, très beau parcours très boisé et un peu physique sur le retour.



Mardi matin, rebelote au même endroit mais pour travailler le petit jeu. Approches 30-50-80 m, travail sur la fluidité. Reprise de ce que l'on avait vu la veille aussi avec un petit débrief sur ce que Guillaume a vu sur le parcours. Après le repas, découverte du parcours Links. Parcours magnifique mais très difficile techniquement surtout quand on a quasiment jamais joué sur un links! Les

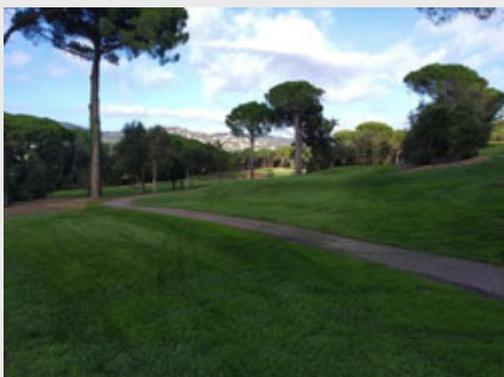
scores s'en sont ressentis d'autant plus que les greens étaient très rapides et pentus. Mais j'ai commencé à ressentir les bienfaits du

backswing en gardant le triangle des bras qui m'empêche d'envoyer tout à gauche quand je ne suis pas bien dans la balle. Reste à l'appliquer régulièrement ce que j'ai prévu de travailler cet hiver.

Mercredi changement de décor. Départ pour le golf de **Gualta**, pitch & putt de 18 qui se situe à côté du golf de l'Emporda. Là encore, un pur émerveillement nous attendait. Ce parcours n'a rien à envier au parcours 18 trous traditionnels tant il est bien entretenu, beau et varié. Début des cours autour du pitching green pour travailler les approches au bord du green. Légèreté et fluidité, peu de pression dans les doigts sont les maîtres mots de cette matinée. Après 2 h d'entraînement nous enchaînons directement avec le parcours accompagné. Nous avons tous notre sac de 14 clubs alors que 4 suffiraient, putter, 52-56° et pitch voire fer 9 pour faire les courtes distances de ces 18 pars 3. Et là, le miracle! Le coup sublime, le trou en 1 sur le 10, devant mes partenaires, Guillaume et Gonzalo un autre pro accompagné de 2 de ses stagiaires. **Mon premier Hole In One!!** Je ne me suis pas fait prier pour payer ma tournée le soir à l'hôtel, mais pas devant du champagne, mais devant des bols de sangria.



Ce parcours se jouant assez vite (- de 3h à 3) nous avons eu le temps de rentrer nous reposer à l'hôtel avant de retrouver les autres stagiaires pour une partie de pétanque à côté de l'hôtel.



Jeudi, retour à l'Emporda pour l'entraînement au jeu long, puis départ pour le golf de **Costa Brava** à 35 minutes de là. Alors là on arrive sur un parcours très vallonné (comme le golf de Bresson vers Grenoble), avec des greens de folie. Un super entretien, des jardiniers partout. Le gros bémol de ce golf : l'accueil et le restaurant. Les employés sont très peu aimables quant au serveur du restaurant, il a carrément refusé de nous faire manger en terrasse alors qu'il faisait plein soleil et 25° car cela l'emmerdait de faire autant de chemin pour servir 10 personnes. Bref, nous sommes partis comme d'habitude par groupe de 3, et nous en avons pris plein les yeux. On a rarement l'occasion de jouer d'aussi beaux parcours. Nous avons terminé le parcours très fatigués et après les 40 minutes de

voiture, nous ne rêvions que d'une chose, une bonne bière et une douche. Un de mes partenaires ayant eu du mal à passer les boules rouges en a été quitte pour payer 2 tournées de sangria avant le repas.

Le vendredi, dernier jour du stage, entraînement à l'Emporda puis compétition en scramble à 3. J'avais demandé à travailler les sorties de bunker car c'est un domaine que je maîtrise le moins. Après avoir bien joué dans le bac à sable ☐ nous sommes partis par équipe de 3 comportant 2 hommes et une femme pour cette petite compétition de fin de stage sur le parcours de la Forêt. L'obligation était de mettre en place ce que l'on avait vu dans la semaine chacun en fonction de ses problèmes. Tout allait bien jusqu'à 3 trous de la fin, nous étions à 0, mais la fatigue de la semaine nous a rattrapé et nous avons enchaîné bogey-double bogey-bogey pour finir à +4. Au final, nous finissons 2èmes derrière l'équipe de Lyazide le bordelais, devant l'équipe de Françoise la bordelaise à +5. Tout le monde a gagné une casquette et un marque balle logoté Emporda.



Nous avons fini le stage le vendredi soir autour d'une paella dans un restaurant en face de l'hôtel dans une ambiance chaleureuse et conviviale.

Retour à la réalité le samedi sous la pluie et le froid.

Toutes les photos sont consultables [ici](#).

La vidéo du stage.