



GOLF 50+ | 4/2024



VIHDON VIHERTÄÄ!

Tervetuloa toukokuun Golf50+ kirjeen pariin, jossa käydään läpi tuttuun tapaan golfin terveyshyötyjä tutkitun tiedon valossa, sekä myös harjoitteluvinkkejä niin swingiin kuin kroppaan. Julia Kettinen nostaa blogissaan esille alkuveryttelyn tärkeyttä golfin pelaamisessa ja kuinka se voi lisätä pelin nautittavuutta sekä parantaa pelituloksia.

Golf 50+ -uutiskirje terveysvaikutuksista lähetetään automaattisesti kaikille Golfliiton jäsenseurojen 50 vuotta täyttäneille tai kuluvana vuonna täyttävälle golfareille. Tässä kirjeessä jaamme vinkkejä, kuinka voit hyödyntää golfia osana terveellisiä elämäntapoja sekä tarjoamme inspiraatiota siihen, miten voit kehittää peliäsi ikää kunnioittaen.



OLETKO JO KORKANNUT KOTIMAAN PELIKAUDEN?

KYLLÄ

EN

RANGELLA KÄVIN HEILUMASSA

GOLF JA TERVEYS



GOLF50+ BLOGI

Julia Kettinen muistuttelee toukokuun blogissaan alkuveryttelyn voimasta golfkierroksen sujuvuuteen ja parempaan lopputulokseen.

Julia Kettinen on 29-vuotias kansainvälisesti menestynyt golfin terveysvaikutusten erityisasiantuntija ja tutkija. Hän tutkii erityisesti golfin fysiologisia terveysvaikutuksia sydän- ja verisuonitautien sekä aivoterveysten näkökulmista.

[LUE LISÄÄ](#)

GOLFLEHTI 2/2024

Seuraa postiasi! Uusimmassa Golflehdessä mm. ikinuori Lassi Tilander, 90, kertoo omaa golftarinaansa.

[LUE LISÄÄ](#)



KERRO KAVERILLE!

Golfliitto yhteistyössä Kansallisen Senioriliiton kanssa järjestävät Rohkeasti eläkkeelle-golfkurssit Paloheinän HIFK Golfissa ja Lappeenrannan Viipurin Golfissa toukokuussa. Jos sinulla on kaveri, joka lähestyy eläkeikää, paikkakunta täsmää ja

uskot, että hän voisi kiinnostua lajista,
vinkkaa tästä mahdollisuudesta!

[LUE LISÄÄ](#)

Tästä [artikkelista](#) voit tutustua tarkemmin Golfliiton yhteistyö projektiin eläkeikää lähestyvien houkuttelemiseksi lajin pariin



VALMIINA PELIKAUTEEN?

Talvella sisähalleissa vietetyt harjoittelutunnit pannaan puntariin näinä hetkinä kun ensimmäisiä golfkierroksia päästään pelaamaan kotimaan kentillä. Jos mailat viettivät ansaittua lepotaukoa varastossa, on varmasti hyvä kerrata joitain asioita näin kauden alkuun.

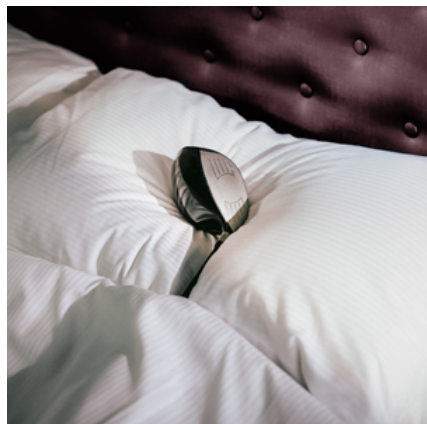
Golfpisteen Heinin Golfkoulussa keskitytään tällä kaudella klassisiin pikakorjauksiin ja ensimmäiseksi keskitytään tietenkin liikkeelle lähtöön.

[LUE LISÄÄ](#)

KUMPPANIBLOGI: VIHREILTÄ VIHERIÖILTÄ HISTORIAALLISILLE KADUILLE

Tutustu toimittajamme kiehtovaan matkaraporttiin Tunisian Hammametista, jossa hän tutkii alueen golfmahdollisuuksia ja rikasta kulttuuriperintöä.

[LUE LISÄÄ](#)



YHDISTÄ GOLFLOMA JA KYLPLYLÄLOMA HOLIDAY CLUBILLA!

Tie vaivattomaan ja helppoon golflomaan löytyy Holiday Club - golfkohteista, joissa yhdistät resorttiemme monipuoliset palvelut ja majoitusvaihtoehdot sekä pelaamisen ainutlaatuisilla kentillä.

Tutustu laadukkaaseen tarjontaamme ja varaa lomas!

VARAA GOLFLOMA!

HERTZ-AUTOT KESÄKSI JOPA 20% EDULLISEMMIN

Kesä on jo aivan kulman takana ja nyt on aika hyödyntää mahtava etu Aikaisen varaajan Kesäalesta Suomessa.

Golffiiton jäsenenä säästät jopa 20% autonvuokrauksesta. Lisää ajomukavuutta matkustamiseen vuokraamalla tarpeillesi sopivan kokoinen auto. Vuokra-autolla matkustat mukavasti ja ilman kiirettä oman aikataulusi mukaan.

Hyödynnä tarjous varaamalla autosi viimeistään 31.5.2024!

VARAA NYT!



Golfmatka tulossa?
Kun muistat matkavakuutuksen,
kaikki kyllä järjestyy.

Laske hinta

Pohjola Vakuutus 

TUTUSTU YHTEISTYÖKUMPPANEIHIN:

ilkka



Pohjola Vakuutus

secto
automotive
Mutkaton autoarki®

MEDIATEKO
mediateko.fi

HOLIDAY CLUB



GOLFCENTER
GOLFBALANCE.fi

Hertz

LIIKKU
KUNTOKESKUS

interGREENS

VIKING LINE

dormy

Golf Plaisir
GOLF MATKAT

Titleist

Respecta

research and consulting
iRo
Business

STI

cognizant



VEIKKAUS



SUOMEN GOLFLIITTO



Valimotie 10
00380 Helsinki
nimi.sukunimi@golf.fi



POWERED BY liana