****

2022

**Tisztelt Elnökség!**

Köszönöm a megtisztelő bizalmat és szeretnék mindenkit biztosítani afelől, hogy minden tőlem telhetőt megteszek, hogy a rám bízott csapat a 2022-s szezonban is kiemelkedő eredményeket érjen el.

A járvány nehezítette környezetben 2021-ben remek szezont zártunk az eredményeket tekintve, köszönet Tóbiás Zsoltnak is, aki igen professzionálisan és odaadóan egyengette a női szenior válogatott edzéseit, immár 2 szezonon keresztűl.

Zsolt biztosított afelől, hogy a 2022-s szezonban is szeretne a csapat szövetségi edzője lenni.

Így vele megtámogatva úgy gondolom, hogy a 2022-s terveknek felül kell múlnia a 2021-s év eredményeit.

**Célom továbbra is**, hogy olyan nemzeti női szenior válogatottat hozzak létre, amely tagjainak fontos a fejlődés, céljai vannak, eredmény orientáltak, a csapatért tudnak küzdeni **ÉS** a válogatottba való bekerülés részükre, edzőik és klubjuk részére is megtiszteltetés. Hisz a válogatott versenyzők képviselhetik országunkat, viselhetik nemzeti színeinket a különböző európai és világversenyeken és egyéb nemzetközi rendezvényeken.

Hiszem, hogy a női csapatunk képes kimagasló eredményekre, csak hinnünk kell benne, egymásban és a lehetetlenek lehetségessé válnak!



Budapest, 2021. november 21.

Batta Krisztina

+36 20 800 7080

kbatta@t-online.hu



**A szenior női válogatott keret edzője**

**TÓBIÁS ZSOLT,** *2016 legjobb golf edzője*

*2006 óta foglalkozik oktatással, elvégezte a Testnevelési Főiskola Általános Edzői szakát és vele párhuzamosan a PGA képzést.*

*Céljai közé tartozik, hogy minél több emberrel megismertesse és megszerettesse a golfot. A hobbigolfozókat olyan szintre fejlessze, hogy napról-napra jobban élvezzék a játékot és a reális célokat minél hamarabb elérjék, a “versenygolfozókat” pedig a válogatott szintig eljuttatnii, kihozni belőlük a maximumot. Büszke tanítványaira, akik már most benne vannak a válogatott csapatban.*

**A szenior női válogatott keret sportpszihológusa**

****DR. LÉNÁRT ÁGOTA,** *sportpszihológus*

*Aki hisz abban, hogy* ***nem a kor számít****, hanem a megfelelő fizikai forma és mentális felkészültség.*

*A felkészítés tartalmazza a fizikai forma megállapítását dietetikai tanácsadást és ezek nyomon követését, ellenőrzését, valamint a megengedett táplálékiegészítőkre vonatkozó javaslatokat.*

*A munka során lehetőség nyílik az alapvető sportpszihológiai módszerek elsajátítására és begyakorlására, pályakörülmények között is.*

*Igény esetén egyéni állapotfelmérésre jelentkezni: + 36 30 954 4729*

**A szenior női válogatott keret edzéseinek helyszíne**

A téli időszakban sem fog a csapat leállni, folytatjuk a havi egy edzést a Continental GC-ben, illetve a Sárkány Center beltéri gyakorlópályáján időjárástól függően.

A 2022-s szezon helyszíne pedig még kiválasztás alatt.

**A szenior női válogatott csapat sportruházatának szállítója**

****

***A KÖZÖSSÉG***

***A válogatott keret tagja lehet az a versenyző***

* aki minimum 20 HCP-l rendelkezik, így a keretbe automatikusan meghívást kap
* akit az éves hazai és nemzetközi versenyeken elért eredményei alapján a szakvezetés kerettagságra javasol
* aki viselkedésével a fair play elveit, a tiszta eszközökkel történő versenyzés és az ellenféllel szemben tanúsított sportszerű magatartás eszméjét betartja
* aki szándékosan sohasem próbálja megkerülni a szabályokat, sem az edzéseken sem a versenyeken, sem azon kívül. Elfogadja, hogy felelős az általa űzött sportág rá vonatkozó szabályainak megismeréséért és betartásáért
* aki nem kérdőjelezi meg az edző és a csapatkapitány munkáját, döntéseit, a csapatba és a versenyekre történő kijelöléseket és beosztásokat
* aki legjobb tudása szerint igyekszik, hogy jó versenyző és csapatjátékos legyen
* aki beszédével és magatartásával felemelni igyekszik csapata és versenyző társai, edzői, ellenfelei személyét, valamint sportszervezetünk tekintélyét
* aki az összetartó, csapatépítő edzéseken részt vesz (kivétel a külföldön élő játékos).

**KERETTAGOK:**

1. Probst Ágnes
2. Kárpáti, Dr. Szilvia
3. Nagy Réka
4. Hoang Thu, Dung
5. Zsadányi, Ildikó
6. Kovácsné Földesi, Katalin
7. Sam Kim Anh (Bea)
8. Gyenes Anikó
9. Bihari Göngyvér
10. Kovács Hedvig
11. Nguyen Thi Kim Oanh
12. Sweeney, Susan
13. Palotásné Horváth, Zsuzsanna
14. Hoang Thu Trang (Zita)
15. Batta Krisztina



***A FEJLŐDÉS***

***A válogatott keret edzései***

A szenior női csapat mentális felkészítését továbbra is sport pszichológusunk **Dr. Lénárt Ágota,** a csapat golfedzője **Tóbiás Zsolt**. Nagyon megtisztelő, hogy mindkét szakember továbbra is a csapat rendelkezésére áll.

A szezon közös edzései havi rendszerességgel hétfői napokon lesznek.

**Kezdete: 10:00/12:30 érkezés, bemelegítés**

**Edzés a range-n: 10:30/13:00-15:00**

**Pályajáték: 12:30/15:00-től**

**Az edzések dátumai 2022-ben:**

* Január 17. – Continental GC
* Február 14. – Continental GC
* Március 21.
* Április 18.
* Május 16.
* Június 20.
* Szeptember 5.
* Október 10.

Fontosnak tartjuk, hogy a válogatott csapat tagjai folyamatos fejlődést mutassanak a szezon folyamán, amihez viszont szükséges tudni, hogy a játékának mely területe fejleszthető leggyorsabban, mivel lehet elérni a hcp csökkenést, a jobb eredményeket, milyen fizikális és mentális állapotban van és miképpen javíthatjuk a játékos pályán nyújtott teljesítményét. **DE**, **legfőképpen, számíthatunk-e a játékos lojalitására, elkötelezettségére, motiváltságára és csapaton belüli példamutató magatartására.**



***A VERSENYEK***

Az egyes versenyeken induló csapatba kerülés feltétele összetett, a felkért játékosok az alábbi kritériumok alapján kerülnek kiválasztásra:

* az aktuális HCP és játékforma
* aktuális fizikális állapot
* a részvétel jelentős költségeinek vállalása
* aki viselkedésével a fair play elveit, a tiszta eszközökkel történő versenyzés és az ellenféllel szemben tanúsított sportszerű magatartás eszméjét betartja
* aki szándékosan sohasem próbálja megkerülni a szabályokat, sem az edzéseken sem a versenyeken, sem azon kívül. Elfogadja, hogy felelős az általa űzött sportág rá vonatkozó szabályainak megismeréséért és betartásáért
* aki nem kérdőjelezi meg az edző és a csapatkapitány munkáját, döntéseit, a csapatba és a versenyekre történő kijelöléseket és beosztásokat
* aki legjobb tudása szerint igyekszik, hogy jó versenyző és csapatjátékos legyen
* aki beszédével és magatartásával felemelni igyekszik csapata és versenyző társai, edzői, ellenfelei személyét, valamint sportszervezetünk tekintélyét
* aki az összetartó, csapatépítő edzések **50%-n** részt vesz, (kivétel a külföldön élő játékos).
1. **European Senior Championship 2022**

2022. június 9-11.

**Pärnu Bay Golf Links**, Tahkuranna, Estonia

1. **Marisa Sgaravatti Trophy 2022**

2022. július 4-8.

Golf & Country Club de Bonmont, Chéserex/Switzerland

1. **European Senior Ladies' Team Championship 2022**

2022. augusztus 30.- szeptember 3.

Cubo Golf, Szlovénia

1. **IV. Golfünnep**

2022. október 15-16.

Pannonia Golf & Country Club, Alcsútdoboz, Máriavölgy



***TOVÁBBI TERVEK***

* a 2021-s 4 napos edzőtábor rendkívül nagy sikert aratott, folytatnánk
* edző mérkőzés a MID-AM csapattal

***TOVÁBBI KOMMUNIKÁCIÓS PLATFORMOK***

******https://www.facebook.com/groups/374607269759172/