



# HØJSKOLE & GOLF

I IKAST 2022

UGE 26-27-28-29-30



ISI.dk

Glød dig til masser af golftræning,  
golfspil, fællesskab og aktiviteter  
for krop og sjæl.



Hagelskærvej 40  
7430 Ikast  
Tlf. 97252499  
info@isi.dk  
www.isi.dk



ISI Idrætshøjskole



# VELKOMMEN TIL HØJSKOLE & GOLF I SOMMEREN 2022

Drømmer du om at kombinere en uge på højskole med at træne og spille golf? Så får du igen chancen til sommer, hvor vi for 28. år i træk byder velkommen til en unik oplevelse. I fem sommeruger – fra og med uge 26 til og med uge 30 – kan du deltage i Højskole & Golf på ISI Idrætshøjskole i Ikast.

Her møder du begejstrede værter, kompetente golfinstruktører og berigende og provokerende foredragsholdere. Det skaber en atmosfære af livsglæde og lyst til udfordringer. Tilsammen et stærkt fundament for, at du får en behagelig, lærerig og positiv sommeroplevelse.

På ISI har vi rammerne, knowhow og erfaring i at arrangere. Det bruger vi til at skabe ophold, som vores kursister mærker helt ind i sjælen. Venskaber bliver skabt, horisonter udvidet og golfspillet forbedret.

Det sidste kan vi måske ikke garantere, men du rejser helt sikkert herfra med en større viden og en personlig indsigt, du kan bruge, hvis du ønsker det.

Vi ser frem til sommerugerne i 2022, som på lige fod med alle øvrige år siden 1995 bliver helt specielle. At en aktivitet har overlevet og udviklet sig gennem 27 år, vidner om bæredygtighed. Et ugekursus på ISI er et boost for dig på alle livets parametre – også din golf!

Vi glæder os til at se jer alle.





# HØJSKOLEDELEN

Højskole & Golf i Ikast er et kort højskoleophold, som rummer de værdier, vi arbejder med i dagligdagen: nærvær, engagement, fællesskab og høj faglighed.

Det får du muligheden for at kombinere med din passion og ambition inden for golf - i en intens uge med livsglæde og et inspirerende fællesskab. Højskoleugen er tilrettelagt, så du får mest muligt ud af kurset.

## FOREDRAGSHOLDERE

Alle dage (undtagen ankomstdagen) begynder med morgensang og samling. Herefter bliver dagen en blanding af golf og højskoleliv. Det betyder, at personlig instruktion og inspirerende foredrag fylder formiddagen. Om aftenen afholder vi højskoleaftener, som bygger på aktivitetsglæde, højskolesang, fællesskab, informationer og selvfølgelig kaffe med kage.

Fredag har et ganske specielt program, med blandt andet golfmatch, den danske sangskat og fest om aftenen.

I takt med at aftalerne kommer i hus, præsenterer vi foredragsholderne på hjemmesiden: [www.isi.dk](http://www.isi.dk) og på facebook ([isihoejskoleogggolf](https://www.facebook.com/isihoejskoleogggolf))



## ONSDAGSUDFLUGT

Onsdag er reserveret til en oplevelse uden for højskolen. Vi arrangerer en udflugt, som både rummer oplevelser, indsigt og styrker fællesskabet. Udflugtsmålet præsenteres på hjemmesiden: [www.isi.dk](http://www.isi.dk) og på facebook ([isihoejskoleogggolf](https://www.facebook.com/isihoejskoleogggolf))

# GOLFUNDERVISNING

Højskole & Golf er for både rutinerede golfere og nybegyndere. På ISI er udgangspunktet for golfundervisningen dit niveau og din personlige udvikling. Derfor er det vigtigt, at du har mod på og lyst til at blive endnu bedre – eller at lære spillet.

Kursisterne opdeles i instruktionsgrupper på 6-7 personer. Instruktøren underviser gruppen i 6 timer, fordelt på 4 x 1,5 time. I undervisningen berører vi områder som sving (lange slag og drive), putting, bunker, chip og pitch. Du har den samme golftræner i alle 4 træningspas.

Vores instruktører er alle golftræneruddannet i PGA og DGU.

Du bliver vejledt ud fra analyse og via instruktion til træning efter metoder, som læner sig op ad teorierne bag motorisk læring og kontrol. Træningen skal give mening og højne overførselsværdien fra træning til selve spillet.



## FOR DIG DER ER, ELLER FØLER DIG SOM NYBEGYNDER

Som begynder eller ny golfer får du, ud over formiddagens golfundervisning, også ekstra opmærksomhed i løbet af ugen.

Tilbuddet indeholder ekstra træning og vejledning i at spille på en golfbane. Golfinstruktøren går med ud på golfbanen.

Søndag eftermiddag får du information om forløbet.

## GOLFBANERNE

### GOLFBANERNE UNDER HØJSKOLE & GOLF

Hver dag har du mulighed for at spille på én af de godt 20 baner, vi har et godt og mangeårigt samarbejde med.

Greenfee er inkluderet i din kursusbetaling.

Som kursist sørger du selv for transport til de enkelte baner. Har du ikke selv mulighed for transport, hjælper vi med at finde en løsning.

Vær opmærksom på, at DGU's regler er gældende for adgang til banerne, og at banerne har forskellige handicap-adgangskrav.

Nogle baner kan enkelte dage også være lukkede på grund af andre arrangementer.



# GOLFBANERNE

## STORE BANER, HVOR DU SKAL HAVE DGU-KORT MED SPILLETILLADELSE (HCP ER UNDERORDNET)

Brande GK - 18 huller - [www.brandegolfklub.dk](http://www.brandegolfklub.dk)

Dejbjerg GK - 18 huller - [www.dejbjerggk.dk](http://www.dejbjerggk.dk)

Give GK - 18 huller - [www.givegolfklub.dk](http://www.givegolfklub.dk)

Hammel GK - 18 huller - [www.hammelgolfklub.dk](http://www.hammelgolfklub.dk)

Harre Vig GK - 18 huller - [www.harreviggolf.dk](http://www.harreviggolf.dk)

Herning GK - 18 huller - [www.herninggolfklub.dk](http://www.herninggolfklub.dk)

Himmelbjerg GC - 18 huller – under 49 - [www.himmelbjerggolf.dk](http://www.himmelbjerggolf.dk)

Hjarbæk Fjord GC - 18 huller + 9 huller - [www.hjarbaekgolfcenter.dk](http://www.hjarbaekgolfcenter.dk)

Holstebro GK - 18 huller i Råsted - under 37, 18 huller i Storådal - [www.holstebro-golfklub.dk](http://www.holstebro-golfklub.dk)

Ikast-Tullamore GC - 18 huller i Ikast, 9 huller i Tulstrup - [www.ikasttullamoregolf.dk](http://www.ikasttullamoregolf.dk)

Silkeborg Ry GK - 27 huller i Silkeborg, 18 huller i Ry - [www.silkeborggolf.dk](http://www.silkeborggolf.dk)  
(18-huls bane, både i Silkeborg og Ry)

Skærbæk Mølle GK - 18 huller - [www.sm-golfklub.dk](http://www.sm-golfklub.dk)

Struer GK - 18 huller - [www.struer-golfklub.dk](http://www.struer-golfklub.dk)

Søhøjlandet Golf - 18 huller - [www.søjhøjlandetgolf.dk](http://www.søjhøjlandetgolf.dk)

Trehøje GK - 18 huller - [www.trehoje-golf.dk](http://www.trehoje-golf.dk)

Tange Sø GK - 18 huller - [www.tangegolf.dk](http://www.tangegolf.dk)

Viborg GK - 27 huller – under 49 - [www.viborggolfklub.dk](http://www.viborggolfklub.dk)

Åskov GK - 18 huller - [www.aaskov-golfklub.dk](http://www.aaskov-golfklub.dk)

## BANER ALLE MÅ SPILLE PÅ, SELVOM MAN IKKE NORMALT SPILLER GOLF

### - PAY AND PLAY:

Himmelbjerg GC - 9 huller - Pay & Play - [www.himmelbjerggolf.dk](http://www.himmelbjerggolf.dk)

Ikast-Tullamore GC - 9 huller - Pay & Play - [www.ikasttullamoregolf.dk](http://www.ikasttullamoregolf.dk)

Tollundgaard GK - 9 huller - Pay & Play - [www.tollundgaard.dk](http://www.tollundgaard.dk)



# UGEPLAN

På ISI har vi mange års erfaring i at gennemføre vores populære korte Højskole & Golf-kurser. På næste side kan du få en fornemmelse af, hvordan et ugeprogram kan sættes sammen.

Ankomst: Søndag fra kl. 14.00. Afrejse: Lørdag kl. ca. 10.00.

## EKSEMPEL PÅ UGEPLAN

	Søndag	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lørdag
	Morgenmad	Morgenmad	Morgenmad	Morgenmad	Morgenmad	Morgenmad	Morgenmad
	Morgensamling	Morgensamling	Morgensamling	Morgensamling	Morgensamling	Morgensamling	Morgensamling
	Foredrag / Golfinstruktion	Foredrag / Golfinstruktion	Foredrag / Golfinstruktion	Foredrag / Golfinstruktion	Foredrag for alle	Golfmatch i Brande	Afrejse
	Formiddagskaffe	Formiddagskaffe	Formiddagskaffe	Formiddagskaffe	Formiddagskaffe		
	Golfinstruktion / Foredrag	Golfinstruktion / Foredrag	Golfinstruktion / Foredrag	Golfinstruktion / Foredrag	Golfinstruktion	Frokost i golfklubbens restaurant	
Ankomst	Frokost	Frokost	Frokost	Frokost	Frokost		
Informationsmøde	Spil på bane	Spil på bane	Udflugt eller spil på bane	Fællesmatch eller Spil på bane			
Aftensmad	Aftensmad	Aftensmad	Aftensmad	Aftensmad	Aftensmad	Festaften	
Højskoleaften	Højskoleaften	Højskoleaften	Højskoleaften	Højskoleaften	Højskoleaften		

Dette skema er et eksempel - der tages forbehold for ændringer.

# PRAKTISKE OPLYSNINGER

## ØKONOMI

Prisen er kr. 6.200,- pr. person, hvilket inkluderer alle måltider (inkl. formiddags- og aftenkaffe), greenfee, foredrag, aktiviteter, golfinstruktioner og udflugt.

Alle deltagere får desuden en deltagergave med skolens logo på.

Hvis din klub eller "klub i klubben" ønsker at arrangere et Højskole & Golf-kursus som en fællestur, så kontakt os, så vi sammen kan lave et tilbud.

## VÆRELSER

På ISI Idrætshøjskole råder vi over:

- Dobbeltværelser med eget bad og toilet
- Enkeltværelser, hvor bad og toilet deles mellem 2 enkeltværelser (enkeltværelsesgebyr kr. 800,-)
- Enkeltværelser med eget bad og toilet (enkeltværelsesgebyr kr. 1.550,-)

## FACILITETER

**På ISI Idrætshøjskole har du adgang til:**

Overdækket, belyst driving range med udslagsmætter og med mulighed for at slå fra græs, indspilsfaciliteter til forskellige greens fra 150 m., putting greens, bunkers og kortspilsområde.

Derudover har du adgang til en række af højskolens øvrige faciliteter. Udover en stor og lys samlingssal og undervisningslokaler råder ISI også over idrætshal, motionscenter, beachvolleybaner og multigræsbane. Alle skolens faciliteter må benyttes i det omfang, det er muligt. Byens svømmehal kan også benyttes.



## HØJSKOLE & GOLF FOR SINGLER

På ISI har vi et samarbejde med Single Rock Café - en forening for singler. Medlemmerne, der deltager på vores kurser, melder sig fortrinsvist på i uge 27 og 29. Kontakt Single Rock Café, hvis du er single og vil benytte dig af deres aktiviteter.

Mail: [klsi@mail.tele.dk](mailto:klsi@mail.tele.dk)

## GOLFUDSTYR

Du bedes medbringe dit eget golfudstyr. Hvis det kniber har skolen nogle ganske få sæt til udlån. Du skal selv købe golfbolde og andet tilbehør.





# PRAKTISKE OPLYSNINGER

## TILMELDING

Tilmelding sker på hjemmesiden [www.isi.dk](http://www.isi.dk)  
Kontakt os hvis du har spørgsmål.

Når vi har modtaget din tilmelding, sender vi en betalingsopgørelse, hvoraf det fremgår, hvordan indbetalingen foregår.

Den første opkrævning på kr. 2.000,- pr. person skal betales inden otte dage.

Restbeløbet betales to måneder før kursusstart.

Omtrent to måneder før kursusstart modtager du en reminder på indbetaling af restbeløbet, praktiske oplysninger om ankomsten, deltagerliste m.v.

Ved framelding tilbagebetales forudbetalings- og restbeløbet ikke.



## FORSIKRINGER

ISI Idrætshøjskole har ikke en forsikring, som dækker for kursisterne.

## KONTANTER, VASK, POST, IT OG SENDELINNE

I åbningstiden på skolens kontor kan du hæve kontanter med Dankort eller Mobile-pay. ISI Idrætshøjskole råder over vaskemaskiner og tørretumbler, som kursisterne frit kan benytte.

Medbring selv sengelinned og håndklæder. Du kan også vælge at leje for kr. 125,-/sæt.



## MADEN PÅ ISI

Der serveres følgende måltider:

- Morgenmad
- Formiddagskaffe
- Frokost
- Aftensmad
- Aftenforfriskning

Vi serverer sund og varieret mad, der er lavet fra bunden.

I spisesalen er frugt, kaffe, te, og andre forfriskninger altid tilgængelig.

Til aftensmaden er det muligt at købe vin, øl og sodavand. Fredag aften er der festmiddag.

## MADHENSYN / ALLERGI

Hvis der er noget, vi skal vide vedr. kosthensyn og/eller madallergi, bedes du venligst notere det i bemærkningsfeltet ved din tilmelding.

Tillæg for specialkost er kr. 300,- for hele ugen. (gluten-allergi, laktose-intolerance, vegetarkost eller lign.)