



Informationsmöte 2026

Tävlingsgrupper





Program

- Tränare
- Träningen
- Rangebollar & Bollplockning
- Trygg idrott
- Motorisk utveckling
- Tävlingar
- Juniorledarutbildning
- Aktiviteter
- Midsommarläger
- Information
- Övrigt



Tränare

Patrik Skoog och Olle Hettefelt



Träningen

Syfte: Det här är träningen för dig som har lite större ambitioner med din golf och vill utvecklas genom träning, spel och tävling. Du är aktiv medlem (betald medlems- och spelavgift) i Bro-Bålsta GK.

Alla grupper tränar två gånger per vecka under vår- och höstterminen (v17-24 & v33-39). Under v16, v25-32 och v40-41 tränar vi i stället en gång per vecka (tisdagar).

I träningsavgiften ingår ca. 40 träningstillfällen med tränare, piké med klubblogo och helt fria rangebollar för eget bruk. Spelarna förväntas utföra motprestationer som att delta vid renplockning av driving range minst två gånger samt medverka vid vissa junioraktiviteter som t.ex. midsommarlägret.

Tävlingsgrupperna tränar v. 16 t.om. v. 41.

Träningsavgifter: Medlem 4200kr Faktureras inom kort.



Träning 2026 Tävlingsgrupper									
Vårtermin	v16	v17	v18	v19	v20	v21	v22	v23	v24
Tisdagar	14-apr	21-apr	28-apr	05-maj	12-maj	19-maj	26-maj	02-jun	09-jun
Torsdagar	x	23-apr	30-apr	07-maj	14-maj	21-maj	28-maj	04-jun	11-jun
Sommar	v25	v26	v27	v28	v29	v30*	v31	v32	
Tisdagar	16-jun	23-jun	30-jun	07-jul	14-jul	21-jul	28-jul	04-aug	
Hösttermin	v33	v34	v35	v36	v37	v38*	v39	v40	v41
Tisdagar	11-aug	18-aug	25-aug	01-sep	08-sep	15-sep	22-sep	29-sep	06-okt
Torsdagar	13-aug	20-aug	27-aug	03-sep	10-sep	17-sep	24-sep	x	x
* Vecka 30 - tränar Grp 1 med Patrik torsdag 23/7 kl. 18.00									
* Vecka 38 - Grp 1 tisdagsträningen flyttad till söndag 13/9 kl. 18.00									



Gruppindelning Tävlingsgrupper

Tävlingsgrupp Tisdag 18.00 & Torsdag 19.00

1	Alexander	Blomqvist
2	Ammilea	Wisell
3	Fred	Jöhncke
4	Ludwig	Eckfeldt Lönnberg
5	Lukas	Söderberg
6	Max	Torgén
7	Maximilian	Thimgren
8	Pelle	Lindqvist
9	Stella	Olsson

Tävlingsgrupp Tisdag 19.00 & Torsdag 18.00

1	Eric	Engström
2	Jack	Löfman
3	Leon	Furu Rydörn
4	Max	Dalersjö
5	Melker	Strid
6	Noah	Eriksson
7	Ture	Nylen
8	Viggo	Flood Engström
9	Vincent	Olovson



Fria driving range-bollar

Golfklubben sponsrar alla juniorer som är aktiva medlemmar (betald medlems och spelavgift) samt deltar i juniorträningen med fria rangebollar för eget bruk

Spelaren och målsman ska signera avtal om överenskommelsen, därefter lägger reception på "Fria bollar" på spelarens Golf Next app (tidigare Golf More). Antalet bollar är begränsat till 120 bollar per 60 minuter. Bollarna är strikt för juniorens eget bruk, inga bollar ska delas ut till kompisar, familj eller andra. Avstämning kommer att göras månadsvis för att säkerställa att uttagen är rimliga.

Motprestationen är att spelaren deltar på två bollplockningar (måndagar 18.00 jämna veckor) då vi rensar skogen runt rangen på bollar.



Bollplockning jämna veckor							
Vecka	Datum	Grupper					
v. 18	2026-04-27	Tävlingsgrupper	Breddträning måndag 17.00				
v. 20	2026-05-11	Elitgruppen	Breddträning torsdag 17.00				
v. 22	2026-05-25	Breddträning tisdag 17.00		Breddträning onsdag 17.00			
v. 24	2026-06-08	Breddträning onsdag 18.00		Breddträning tisdag 18.00			
v. 26	2026-06-22	Tävlingsgrupper	Breddträning måndag 18.00				
v. 28	2026-07-06	Elitgruppen	Breddträning torsdag 18.00				
v. 30	2026-07-20	Tävlingsgrupper	Breddträning måndag 18.00				
v. 32	2026-08-03	Elitgruppen	Breddträning måndag 17.00				
v. 34	2026-08-17	Breddträning onsdag 17.00		Breddträning tisdag 17.00			
v. 36	2026-08-31	Breddträning onsdag 18.00		Breddträning tisdag 18.00			
v. 38	2026-09-14	Breddträning torsdag 17.00		Breddträning torsdag 18.00			
v. 40	2026-09-28	Alla					
v. 42	2026-10-12	Alla					



Vid bollplockning samling vid rangen strax före 18.00. Målet är att plocka ut så mycket bollar som möjligt från ruffen och skogen runt rangen. Plockningen håller på max. 1 timme. Alla som är medlemmar och med i träningen har fria rangebollar, att delta på två bollplockningar är motprestationen.



Riktlinjer för trygga idrottsmiljöer



Basmotorik, fys och rörelse

Grovmotoriska mönster – basmotorik

Förmågan att använda kroppens båda sidor samtidigt och/eller var för sig

Pulshöjande

Träna hjärtat för att orka mer

Rörlighet

Bygga en god grund för livet

Koordination

Förmågan att göra flera saker samtidigt

Styrka

Kunna stabilisera kroppen under rörelse



Tävlingar

På klubben.

- PGA Junior ProAM. Årets roligaste tävling. Klubbkval på 18-hålsbanan söndag 7/6 kl. 14.00. Två bästa tjejer netto, två bästa killar netto och två bästa brutto bildar två lag med Patrik och Olle till Distriktsfinal torsdag 2 juli på Vallentuna GK. Riksfinal på Landeryds GK 9-11/8.
- Teen Cup. Klubbkval onsdag 17/6 kl. 16.00
- Junior-KM 1-2/8



Tävlingstrappan – vad siktar du på?



SGDF Mini Tour

SGDF Mini Tour är en 9-hålstävling för våra yngsta juniorer, det är första steget att tävla utanför sin hemmaklubb. De får möjlighet att spela på nya banor och samtidigt träffa och spela med andra jämnåriga juniorer från andra klubbar. Alla spelar från röd tee, de yngsta spelarna har en markör med sig i bollen och alla får ett deltagarpris.



SGDF Rookie Tour

SGDF Rookie Tour är avsedd att ge yngre spelare en möjlighet att spela på andra klubbar och få tävlingserfarenhet, över 18 hål med handicap. Pojkar spelar från blå tee och flickor från röd tee. Spelare under 12 år ska ha en ledare på plats under tävlingen. Spelplats är alltid på samma klubb som Svenska Juniortouren Div. 3



Slaget om STHLM

Slaget om Sthlm är en tour med rankinggrundande tävlingar och är till för tjejer och killar mellan 13-21 år med tidigare tävlingserfarenhet. Det finns två nivåer en elitklass och en futureklass, båda spelas inom slagtävling över 36 hål på samma dag.



Svenska Juniortouren

På Svenska Juniortouren spelar du som är mellan 13 och 21 år. Touren är till för dig som spelat på klubb och distrikt och nu vill ta nästa steg. Svenska Juniortouren har fyra nivåer: division 3, division 2 och division 1 och elit. På samtliga nivåer spelas tävlingarna som scratchtävlingar, utan handicap.



STHLM Junior Mixed

Det är roligt att tävla tillsammans! I den nya lagtävlingen STHLM Junior Mixed finns ett flexibelt format på lagsammansättningen, fokus ligger på lagspelet och att träna på att tävla. Vi har valt att ta bort singelmatcher och använder bara spelformer som man spelar tillsammans i laget, fyrboll.



SGDF Future (Nytt)

STHLM Future ger fler juniorer på alla klubbar i Stockholmsdistriktet möjligheten att spela lagspel tillsammans. Detta är steg två i SGDF tävlingstrappa för lagspel, perfekt tävling att spela för att förbereda sig inför sista steget JSM klubbtag. Tävligen spelas över 36 hål på en dag liknande SGDF kvalet för JSM klubbtag.



JSM Klubbtag

JSM Klubbtag är en kul tävling där lagen består av både flickor och pojkar och spelas huvudsakligen som match. SGDF ansvarar för kvalomgång 1 för klubbar inom SGDF och Gotlands GDF. Sedan spelas kvalomgång 2, slutspel och final som arrangeras av SGF.

Tävlingar

På andra klubbar.

[SGDF – minitour](#)

[SGDF – rookietour](#)

[Slaget om Sthlm](#)

[SGF – Juniortouren](#)

[JMI](#)

[SGDF](#)



Golfens Ledarutbildning

Steg 1

Söndag 26 april kl. 09.00-15.30



PGA
GOLF - YOUR GAME - OUR PASSION

Syfte och Mål

med dagen

- ✓ Skapa förståelse för barn och ungdomars sociala, fysiska och motoriska utveckling
- ✓ Skapa förståelse för inläring hos barn och ungdomar
- ✓ Skapa trygghet i att leda barn och ungdomar
- ✓ Skapa trygghet i att arbeta med och använda utbildningsmaterialet
- ✓ Skapa verktyg för att kunna samverka med Patrik & Olle (Klubbens PGA Pros) och tillsammans skapa verksamhet i Bro-Bålsta GK:s anda



Schema

Bro-Bålsta GK
26 april 2026

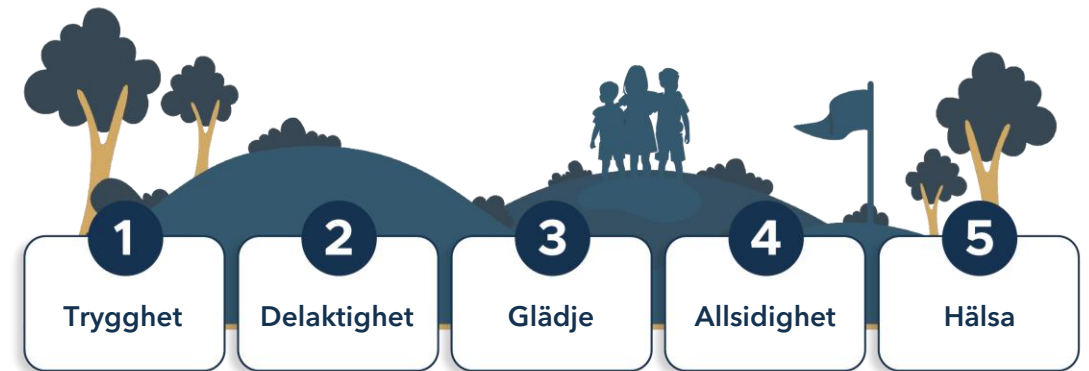
- 9.00** Presentation och introduktion
- 9.15** Att vara ledare på Bro-Bålsta GK
- 10.00** Paus
- 10.15** Ledarrollen
- 10.45** Basmotorik, fys och rörelse
- 11.30** Lunch
- 12.30** Golfteknik – vår röda tråd
- 13.45** Paus
- 14.00** Passplanering
- 15.30** Avslutning



PGA
GOLF - YOUR GAME - OUR PASSION

Målsättning med Golfens Ledarutbildning

Att säkerställa att rätt ledare finns på rätt plats, stärka det ideella ledarskapet och höja kvaliteten på barn- och ungdomsgolfen i Sverige!



Aktiviteter

- Höst avslutning för bredd- och tävlingsgrupper söndag 4/10 12:30-17:00, då spelar vi på 9hålsbanan, har lite tävlingar, grillar och avslutar med en prisutdelning.



Aktiviteter för tjejer

Tjejkvällar. Möjlighet att träffa andra tjejer och spela på banan under enkla former. Vi värmer upp ihop, spelar 9 hål och fikar efter.

En av tränarna är ansvarig och målsättningen är att vi ska få hjälp av våra äldre juniortjejer som ”faddrar” men vi ser gärna att lite golfande mammor följer med och spelar. Pappor får cadda men inte spela 😊

- Söndag 17/5 16-19
- Fredag 29/5 17-20
- Fredag 12/6 17-20
- Fredag 21/8 17-20
- Söndag 6/9 16.00-19.00
- Söndag 20/9 16.00-19.00

Mer info kommer!



Aktiviteter för tjejer

GOLFTJEJ
STHLM



Olika träffar inom distriktet, bara för tjejer

Poängjakten är en aktivitet för tjejer upp till 18 år med hcp 54 eller lägre, och går ut på att spela så mycket golf som möjligt. Tjejerna får en poäng för varje rond de spelar, oavsett spelform, **fram till 20 augusti 2026.** 🏌️

Träningsdagar med ambassadörerna och kvinnliga tränare. 10e maj
Österåker/Arninge



Juniorläger 2026

15–18 JUNI

LÄS MER OCH ANMÄL DIG PÅ:

<https://www.svenskalag.se/brobalstagk>



Utrustning

Illa anpassad utrustning, tex. för tunga eller för långa klubbor kan förstöra golfupplevelsen. Det är bättre med för korta/lätta klubbor än tvärtom.

Vi hjälper gärna till om ni vill köpa utrustning. Juniorer som är med i juniorträningen har alltid 10% rabatt på golfklubbor hos oss. Ofta kan vi dessutom byta in de gamla klubborna.



Information

Hemsidan <https://bbgk.se/shop-traning/>

Svenska Lag <https://www.svenskalag.se/brobalstagk/>

Nyhetsbrev, från klubben och golfshopen

Mail

[Facebook](#) och [Instagram](#) – Skoog Golf Academy

SMS



Övrigt

Under träning och andra aktiviteter tas foton som kan komma att användas på klubbens hemsida, i nyhetsbrev och i sociala medier. Vid anmälan har ni svarat ja eller nej, informera gärna era barn.

Klubbkläder. Pikéer, tröjor, hoodies och regnkläder. Prova ut och beställ till specialpris senast 19/4. Leverans och betalning i mitten av maj.

Piké ingår i tävlingsgrupperna, beställning senast 20/4 men gärna idag!

Under säsong har vi ett begränsat sortiment av juniorkläder med logo.



Jr Cray drycool polo

Art.No: 5164 Size: 130 - 170

100-white, 300-navy, 280-lt.pink, 517-forest, 310-lt.blue, 400-red, 600-black, 504-fairway, 650-dk.gray, 561-royal blue

100% Polyester (recycled)
Breathable | Stretchable | Wicking | Recycled | Drycool

Medlemserbjudande: 319:- Ordinarie pris: 399:-

The size, color version and placement of logos on garments are sketches only, subject to changes.





Jr Links stretch rainjacket

Art.No: 5101 Size: 130 - 170

300-navy, 527-horizon blue, 881-dusty rose, 600-black

100% Polyester
Breathable | Stretchable | Sealed seams | Waterproof |
Stretch dry 10 000

Medlemserbjudande: 959:- Ordinarie pris: 1199:-



Jr Links rain trousers

Art.No: 5105 Size: 130 - 170

300-navy, 600-black

100% Polyester
Breathable | Stretchable | Sealed seams | Waterproof |
Stretch dry 10 000

Medlemserbjudande: 639:- Ordinarie pris: 799:-



Jr Grove hybrid jacket

Art.No: 5188 Size: 130 - 170

373-navy/lt.grey
100% Polyester
Breathable | Warm | Stretchable | Windproof | Windvent

Medlemserbjudande: 959:- Ordinarie pris: 1199:-



Jr Grove hybrid vest

Art.No: 5189 Size: 130 - 170

373-navy/lt.grey
100% Polyester
Breathable | Warm | Stretchable | Windproof | Windvent

Medlemserbjudande: 799:- Ordinarie pris: 999:-



Jr Loop hoodie

Art.No: 5174 Size: 130 - 170

300-navy, 330-blossom, 702-lt.greymelange, 100-white

92% Polyester 8% Spandex
Breathable | Stretchable | Wicking | Drycool |

Medlemserbjudande: 559:- Ordinarie pris: 699:-



Jr Cradoc halfzip fleece

Art.No: 5192 Size: 130 - 170

300-navy, 100-white, 702-lt.greymelange, 517-forest

92% Polyester (recycled) 8% Spandex
Breathable | Stretchable | Wicking | Recycled | Drycool

Medlemserbjudande: 479:- Ordinarie pris: 599:-



Jr Cray drycool polo

Art.No: 5164 Size: 130 - 170

100-white, 300-navy, 280-lt.pink, 517-forest, 310-lt.blue, 400-red, 600-black, 504-fairway, 650-dk.grey, 561-royal blue

100% Polyester (recycled)
Breathable | Stretchable | Wicking | Recycled | Drycool

Medlemserbjudande: 319:- Ordinarie pris: 399:-



Mens Portrush hybrid jacket

Art.No: 6344 Size: S - 3XL

300-navy, 172-lt.sand, 517-forest, 527-horizon blue, 600-black

100% Polyester
Breathable | Warm | Stretchable | Windproof | Windvent

Medlemserbjudande: 1359:- Ordinarie pris: 1699:-



Mens Portrush hybrid vest

Art.No: 6345 Size: XS - 3XL

300-navy, 172-lt.sand, 517-forest, 527-horizon blue, 600-black

100% Polyester
Breathable | Warm | Stretchable | Windproof | Windvent

Medlemserbjudande: 1199:- Ordinarie pris: 1499:-



Mens Lanark classics stretch windjacket

Art.No: 6300 Size: XS - 3XL

300-navy, 188-clam, 600-black, 527-horizon blue, 600-black, 517-forest

100% Polyester (recycled)
Breathable | Stretchable | Windproof | Water repellent | Recycled | Windvent |

Medlemserbjudande: 719:- Ordinarie pris: 899:-



Mens Lanark stretch windshirt

Art.No: 6297 Size: S - XXXL

300-navy, 188-clam, 193-white/navy, 532-heaven

100% Polyester (recycled)
Breathable | Stretchable | Windproof | Water repellent | Recycled | Windvent |

Medlemserbjudande: 719:- Ordinarie pris: 899:-

Sista beställningsdag 20/4





Mens Loop hoodie

Art.No: 6474 Size: S - 3XL

300-navy, 100-white, 702-lt.greymelange, 520-apple

92% Polyester 8% Spandex
Breathable | Stretchable | Wicking | Drycool |

Medlemserbjudande: 719:- Ordinarie pris: 899:-



Mens Cradoc halfzip fleece

Art.No: 6392 Size: S - 3XL

300-navy, 100-white, 702-lt.greymelange, 561-royal blue, 517-forest, 600-black

92% Polyester (recycled) 8% Spandex
Breathable | Stretchable | Wicking | Recycled | Drycool

Medlemserbjudande: 639:- Ordinarie pris: 799:-



Mens Liffin V-neck pullover

Art.No: 6399 Size: S - 3XL

300-navy, 128-sandshell, 660-greymelange, 517-forest

30% Merino wool 25% Nylon 45% Acrylic
Warm

Medlemserbjudande: 799:- Ordinarie pris: 999:-



Mens Cray drycool polo

Art.No: 6724 Size: XS - 3XL

300-navy, 100-white, 280-lt.pink, 517-forest, 310-lt.blue, 311-steelblue, 561-royal blue, 600-black, 504-fairway, 400-red, 650-dk.gray, 960-orange

100% Polyester (recycled)
Breathable | Stretchable | Wicking | Recycled | Drycool

Medlemserbjudande: 439:- Ordinarie pris: 549:-





Lds Portrush hybrid jacket

Art.No: 2344 Size: XS - 3XL

300-navy, 172-lt.sand, 881-dusty rose, 527-horizon blue, 600-black

100% Polyester
Breathable | Warm | Stretchable | Windproof | Windvent

Medlemserbjudande: 1359:- Ordinarie pris: 1699:-



Lds Portrush hybrid vest

Art.No: 2345 Size: XS - 3XL

300-navy, 172-lt.sand, 881-dusty rose, 527-horizon blue, 600-black, 280-lt.pink

100% Polyester
Breathable | Warm | Stretchable | Windproof | Windvent

Medlemserbjudande: 1199:- Ordinarie pris: 1499:-



Lds Lanark classics stretch wind jacket

Art.No: 2300 Size: XS - 3XL

300-navy, 280-lt.pink, 373-navy/lt.grey, 527-horizon blue, 600-black

100% Polyester (recycled)
Breathable | Stretchable | Windproof | Water repellent |
Recycled | Windvent |

Medlemserbjudande: 719:- Ordinarie pris: 899:-



Sista beställningsdag 20/4



Lds Loop hoodie

Art.No: 2374 Size: XS - 3XL

300-navy, 100-white, 330-blossom

92% Polyester 8% Spandex
Breathable | Stretchable | Wicking | Drycool |

Medlemserbudande: 719:- Ordinarie pris: 899:-



Lds Liffin V-neck pullover

Art.No: 2399 Size: XS - 2XL

300-navy, 128-sandshell, 660-grey melange, 517-forest

30% Merino wool 25% Nylon 45% Acrylic
Warm

Medlemserbudande: 799:- Ordinarie pris: 999:-



Lds Cradoc halfzip fleece

Art.No: 2392 Size: XS - 3XL

300-navy, 100-white, 702-lt. greymelange, 561-royal blue, 517-forest, 600-black

92% Polyester (recycled) 8% Spandex
Breathable | Stretchable | Wicking | Recycled | Drycool

Medlemserbudande: 639:- Ordinarie pris: 799:-



Lds Cray drycool polo

Art.No: 2724 Size: XS - XXXL

300-navy, 100-white, 280-lt. pink, 517-forest, 310-lt. blue, 311-steelblue, 561-royal blue, 600-black, 504-fairway, 400-red, 650-dk. grey, 960-orange

100% Polyester
Breathable | Stretchable | Wicking | Recycled | Drycool

Medlemserbudande: 439:- Ordinarie pris: 549:-



Erbjudande 2026

För tävlingsgrupper och elitlag!

Specialpris på följande förbrukningsartiklar. För eget bruk. Går inte att kombinera med andra rabatter.



Titleist ProV1 och ProV1X Loyalty Pack

4 ds bollar i pre-pack. Normalt 1947kr (25% rabatt). Ni betalar 1800kr (450kr/ds istf. 649kr)



Titleist och FootJoy handskar

Köp 3, betala för 2 eller 25% rabatt vid köp av 1



FootJoy, Adidas och Ecco skor

20% rabatt



Superstroke och Golfpride grepp

20% rabatt, vid mer än 8 klubbor 25% rabatt



Abacus regnkläder

20% rabatt

