

SCHÉMA DU RATIO D'ENTRAÎNEMENT vs COMPÉTITION RECOMMANDÉ PAR STADE DE DÉVELOPPEMENT

STADE	RATIO RECOMMANDÉ
Stade de la découverte du jeu de golf	Pas de ratio spécifique. Toutes les activités se fondent sur le plaisir
Stade l'apprentissage essentiel à la pratique du golf	70% d'entraînement / 30% de compétition
Stade de développement du golfeur	60% d'entraînement / 40% de compétition
Stade de transition du golfeur vers l'athlète	60% d'entraînement / 40% de compétition
Stade du perfectionnement des acquis en golf	40% d'entraînement / 60% de compétition et entraînement spécifique à la compétition
Stade de la poursuite de l'excellence	25% d'entraînement / 75% de compétition et entraînement spécifique à la compétition
Stade du sommet de haute performance	25% d'entraînement / 75% de compétition et entraînement spécifique à la compétition