

SEJOUR AVEC STAGE DE GOLF EN CORSE DU SUD

du 24 au 28 mai avec Lionel Berard &
sa méthode MRP !

**VOUS SOUHAITEZ UN ACCOMPAGNEMENT HORS DU
COMMUN SUR L'UN DES PLUS PRESTIGIEUX DOMAINE DE
CORSE ?**

Nous vous proposons un **séjour de Golf de 5 Jrs / 4 Nts en demi-pension au Domaine de Murtoli** pour découvrir la méthode MRP en compagnie de Lionel BERARD, le Fondateur.

Le MRP est reconnu comme l'un des programmes les plus efficaces et innovants dans l'apprentissage du Golf. Dans la méthode, tous les canaux sensoriels, auditifs, visuels et kinesthésiques sont sollicités. Ce stage de golf s'organise en mixant des entraînements en ateliers practice et parcours accompagnés sur le superbe parcours de Murtoli.

L'hébergement des stagiaires sur le **Domaine de Murtoli******* en Bergerie de 5 chambres, privatisée pour le groupe au milieu de la Garigue avec une piscine privée, cuisine d'été, hammam et accès à la grande plage de l'Erbaju.

Le petit déjeuner avec des Viennoiseries qui vous seront livrées chaque matin sur place avant de vous adonner à votre sport favori...

Le dîner du soir sera assuré par un traiteur local avec des spécialités Corse.

Si les restaurants sont toujours fermés, nous organiserons une collation pour le déjeuner sous forme de panier repas à emporter sur le golf ou d'assiette anglaise (salades, charcuteries locales, fromages...) à la Bergerie.



LE PROGRAMME

- **Lundi** : Arrivée en Corse au Domaine de Murtoli - rendez vous pour 13h30 pour le début du stage. L'après-midi : Découverte de la Méthode et du MRP1 (Mouvement Rythmique Primaire) dans 5 compartiments de jeu couplé avec l'analyse vidéo. Parcours 9 trous, accompagné de votre coach.
- **Mardi** : Le matin, échauffement practice, mise en place du MRP2, de vos repères sensoriels (Mecanisme de Reprogrammation Proprioceptif), ensuite parcours accompagné avec votre coach.
- **Mercredi** : Le matin, échauffement practice, puis parcours accompagné sur 18 trous. En situation sur le parcours, construction du MRP3 (Mental Rituel de Préparation) à partir des nouveaux repères sensoriels.
- **Jeudi** : Le matin, échauffement practice, puis parcours accompagné sur 18 trous sur le golf de Sperone. En situation sur le parcours, mise en place des acquis du MRP3 (Mental Rituel de Préparation)
- **Vendredi** : Séance de rappel des 3 étapes du MRP, bilan individuel suivi d'un parcours accompagné. Départ du Domaine de Murtoli en fin d'après-midi en fonction des transports de chacun.

Le package comprend : 5 heures d'enseignement par jour, les accès parcours, les balles de practice, le prêt du chariot, l'hébergement en Bergerie privatisée pour le groupe en occupation chambre double, la demi-pension (hors boisson)

Il ne comprend pas : Les balles de jeu, la licence FFGolf, les green-fees supplémentaires, le supplément chambre single, les déplacements et transferts, les taxes de séjour.



SOLUTION DE COACHING GOLFIQUE ADAPTEES A VOTRE NIVEAU !

Vous allez découvrir un concept innovant et progresser en petit comité avec Lionel BERARD ou un membre de son équipe, pour un enseignement « Sur Mesure » et un accompagnement hors du commun. Vous allez bénéficier de 25 ans d'expériences sur le golf de Murtoli et de Sperone.

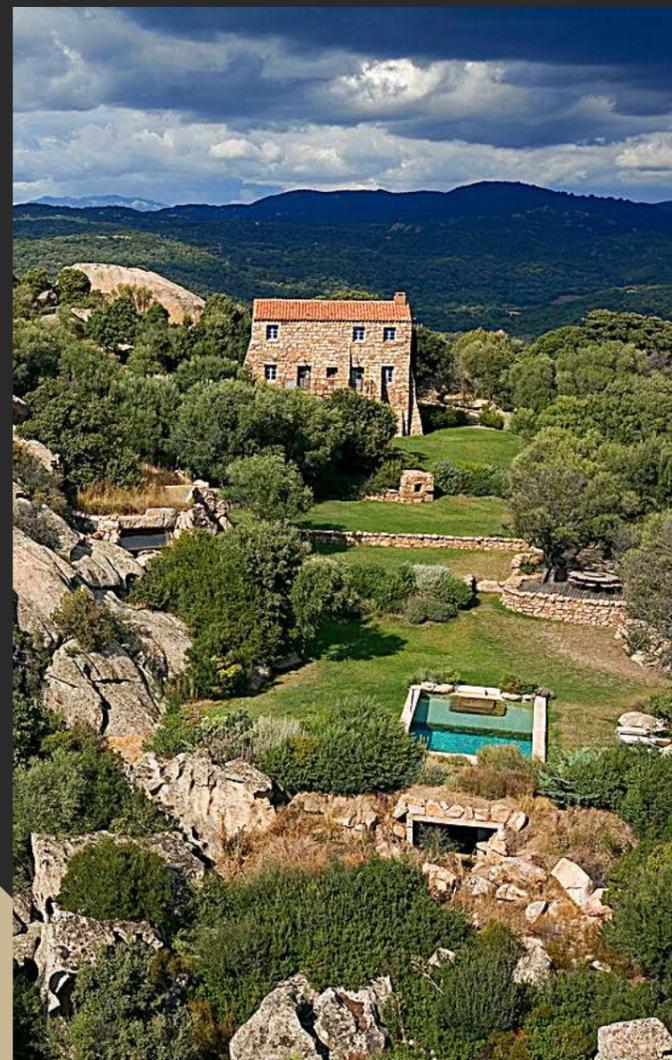
« Un seul et unique programme moteur pour tous les coups de golf avec lequel nous pouvons créer une infinité de mouvement », la méthode MRP de l'EGF, Ecole du Golf Français ouvre de nouvelles perspectives dans le domaine de l'apprentissage et l'entraînement en golf. Le MRP a été testée par plus de 25 000 joueurs depuis 2000.

Elle est reconnue par des professionnels entraîneurs comme l'un des programmes les plus efficaces et innovant dans l'apprentissage du golf. Dans la méthode tous les canaux sensoriels auditif, visuel et kinesthésique sont sollicités. Chaque cours commence par une série d'allongements musculaires autour d'un green... reprogrammer une bonne coordination. Les exercices vous permettront d'évaluer votre souplesse et vous feront instantanément constater un gain de mobilité.

Ensuite, suivent des exercices simples pour trouver votre rythme et le bon dosage des coups... Vous serez surpris du résultat.

Le MRP se fonde sur trois prémisses simples : **COMPRENDRE / RESSENTIR / RESTITUER**

Il s'agit d'une nouvelle voie, d'un autre type de pédagogie qui prend en considération votre manière de faire et de vous adapter, et non un objectif précis, fixe et fixé pour tous. De démontrer qu'aucune situation n'est figée ; Mais au contraire que tout joueur peut évoluer lui permettant ainsi de franchir des caps en toute autonomie et sans traumatismes.



« A Liccia » (le chêne vert)

La demeure « A Liccia » (le chêne vert) possède 5 chambres (pour une capacité totale de 10 personnes), climatisée, d'une superficie de 250 m², avec vue imprenable sur la vallée et la mer.



A Liccia, une maison côté Vallée...



REZ DE JARDIN

En rez-de-jardin, la maison propose une cuisine équipée (réfrigérateur-congélateur, four, gazinière, micro-ondes, lave-vaisselle et machine à café), une buanderie, WC, un salon séjour avec cheminée et télévision, lecteur DVD et base station.

PREMIER ÉTAGE

Au premier étage, vous trouverez deux chambres doubles vue mer (grand lit ou 2 lits séparés) avec ouverture sur l'extérieur, et chacune avec une télévision et leur propre salle de bains (une avec baignoire, l'autre avec douche), puis des toilettes séparées.



ÉTAGE SUPÉRIEUR

A l'étage supérieur, on trouve une chambre double vue mer spacieuse (avec grand lit ou 2 lits séparés), un dressing, un salon avec cheminée, une salle de bain avec baignoire et des toilettes séparées.



BERGERIE ANNEXE

Séparément, une bergerie annexe offre deux chambres doubles (grand lit ou 2 lits séparés), dont une avec cheminée, et télévision, une salle de bain avec cabine de douche et toilettes séparées.

EXTÉRIEUR

A l'extérieur, se trouve une cuisine d'été (du printemps à l'automne) avec plancha, machine à glaçon, congélateur-réfrigérateur, gazinière, four, lave-vaisselle et machine à café, un coin repas, un salon de jardin, une piscine (chauffée de mai à octobre) et un hammam.



ACCÈS À LA PLAGE

La maison vous offre un accès à la grande plage du Restaurant (à environ 10-15 minutes en voiture), spécialement aménagée pour nos hôtes.

FICHE DE RENSEIGNEMENT

Pour vous inscrire au stage de golf 5 jours 4 Nuits au domaine de Murtoli veuillez vous rendre sur www.egf.fr



Adresse domaine de Murtoli : Vallée de l'Ortolo, 20100 Sartène
Coordonnées GPS : GW8X+GF Sartène

POUR VOUS RENDRE EN CORSE



Aéroport proposés :

- **Figari** (25 min du domaine)
- **Ajaccio** (1h40 du domaine)
- Accès aux vols : rendez-vous sur aircorsica.com



Ferries proposés :

- **Porto Vecchio** (via D859 et T40 : 46 min du domaine) ,
- **Ajaccio** (1h41 du domaine),
- **Bastia** (a 2h54)
- Accès aux ferries : rendez-vous sur corsica-ferries.fr



INFORMATIONS COVID-19

Vous devrez présenter **un test de dépistage RT-PCR** moins de **72 heures avant** votre embarquement. Une **déclaration sur l'honneur** de réalisation du test de dépistage et d'absence de symptôme d'infection au COVID-19 vous sera également demandé.



Nous vous informons que vous avez la possibilité de souscrire à **l'assurance EGF-CHAPKA** qui vous protégera des aléas pour vous permettre de voyager en toute sérénité.



VOS CONTACTS SUR PLACE

Votre professeur de golf : **Lionel Berard (06.63.42.20.20)**

Margaret Leduc : (06.88.98.39.61)

