



# Dé GOLF in ZAKEN MAGAZIN .nl

Regio Zeeland

editie 2 - 2025



**NEEM  
GRATIS  
MEE**

|                                    |    |
|------------------------------------|----|
| Beste golftrainingen online.....   | 3  |
| Leesvoer: de beste golfboeken..... | 7  |
| Golfen en gezondheid.....          | 11 |
| Tips voor een betere swing.....    | 19 |
| Aankomende golftoernooien.....     | 22 |

**Marbel**  
**Houtbouw**  
Vakmanschap  
op zijn best  
Uw specialist  
in o.a.:

- Overkappingen
- Schuren
- Luxe buitenverblijven

- Carport
- Thuiswerk kantoren
- Dierenverblijven

06-53939075

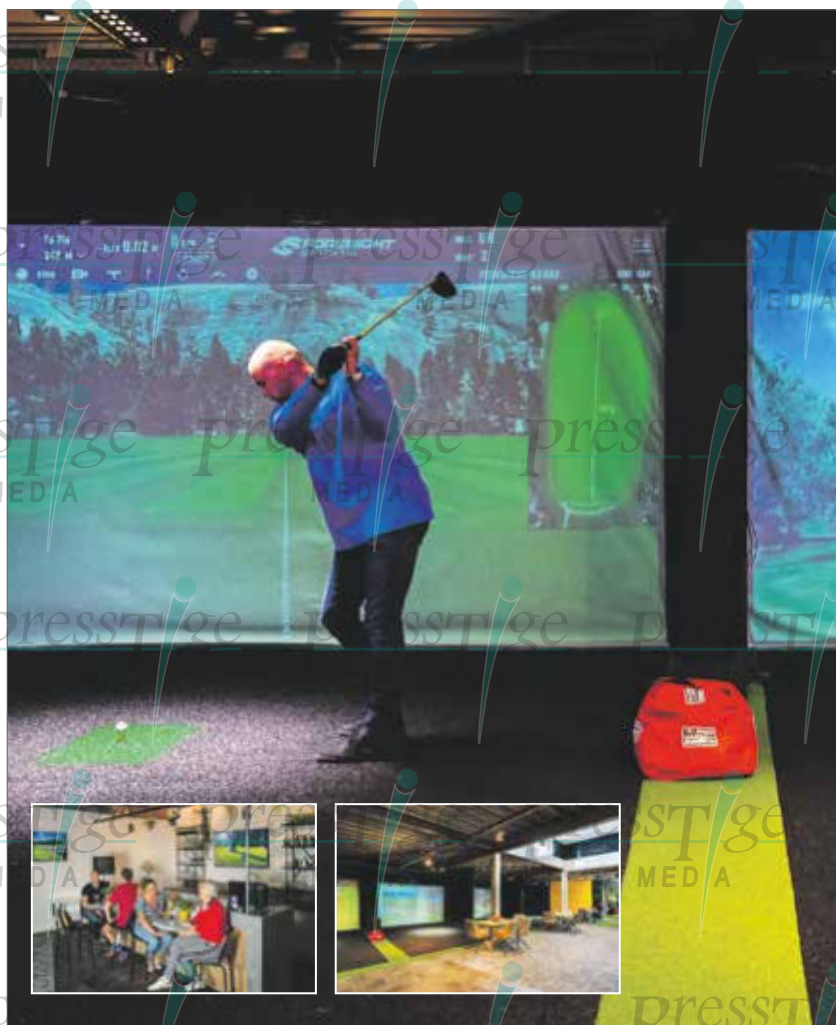
Ostrea 2 4401 PG Yerseke

info@marbelhoutbouw.nl

www.marbelhoutbouw.nl

HOUTBOUW - HOUTHANDEL

**MARBEL**



**GOLFACADEMY**

**Open van 1 oktober t/m 31 maart**  
**Losse huur én abonnementen**

Naast Wilson clubfittings nu ook  
Callaway clubfittings

Kijk op de website voor  
alle mogelijkheden  
**indoorgolf-zeeland.nl**

Indoorgolf Zeeland  
Mercuriusweg 26  
4382 NC Vlissingen  
0118-236007





# Organiseer een herfstuitje: Met de kids de baan op!

Golfen in de herfst is een perfecte familieactiviteit. Tijdens deze maanden wordt de golfbaan met vallende bladeren en milde temperaturen een prachtig decor voor sport, ontspanning en samen zijn.

## Voor alle leeftijden

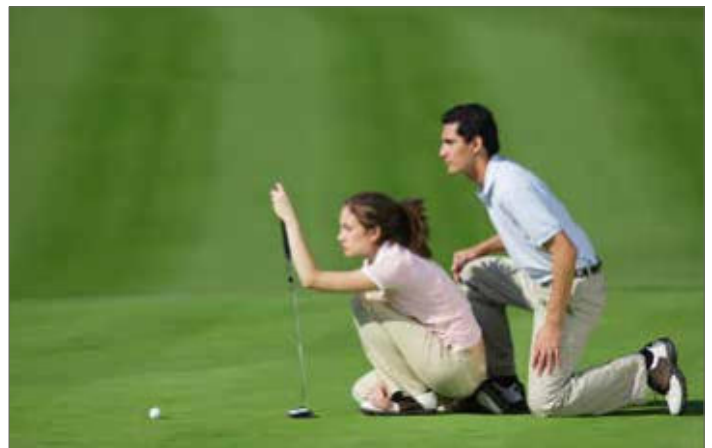
Een familie-golfdag biedt voordelen voor alle leeftijden: terwijl volwassenen profiteren van stressreductie en beweging, ontwikkelen kinderen hun motoriek en concentratie. De frisse lucht draagt bij aan het mentale welzijn en voorkomt een herfstbip. Gezamenlijke activiteiten, zoals een mini-competitie, versterken de familiebanden.

## kindvriendelijk

Het organiseren begint met het kiezen van een geschikte, kindvriendelijke golfbaan. Clubs aangesloten bij de NGF bieden vaak speciale familie-arrangementen. Plan een dagdeel in september of oktober en stem clubregels en openingstijden daarop af. Start met een beginnersles en speel een 9-holes ronde. Voeg spelelementen toe en maak het leuk, bijvoorbeeld door prijzen uit te reiken voor de beste junior-swing.

## kleding

Zorg voor waterdichte kleding, laagjes, snacks en voldoende drinken, en houd toezicht bij waterhindernissen. Moedig wandelen aan voor extra beweging. Leer kinderen spelregels en respect voor natuur op de baan. Sluit samen af met een picknick, waarop iedereen ervaringen uitwisselt. Zo wordt golfen in de herfst een waardevolle familiemiddag vol plezier, natuurbeleving en gezondheid.



## Beste golftrainingen online

De beste online golftrainingen bieden golfers wereldwijd de kans om hun spel te verbeteren vanuit huis, op elk niveau. Voor serieuze vooruitgang kiezen veel golfers voor platforms als Me and My Golf, waar PGA-professionals Andy Proudman en Piers Ward persoonlijke video-feedback geven. Hier kun je video's van je swing insturen en krijg je zes keer per jaar gedetailleerde tips en analyses terug. Ook Skillest is zeer populair: via deze app ontvang je feedback op jouw swing van topcoaches wereldwijd, volledig gepersonaliseerd en flexibel qua tijdsplanning.

Andere toppers zijn George Gankas Golf, gericht op een moderne, krachtige swing, en Scratch Golf Academy van Adam Bazalgette waar je tal van gratis en betaalde trainingen vindt, van driver tot putting. Voor golfers die structuur zoeken, zijn cursussen als Rebellion Golf (Monte Scheinblum), Rotary Swing, en Swingman Golf ideaal. Deze platformen combineren duidelijke instructievideo's met wekelijkse trainingen, persoonlijke begeleiding en praktijkgerichte lessen.

Nederlandse golfers kunnen ook terecht bij GolfDriver.nl en OnlineGolfCoaching.nl. Deze laatste biedt trainingspakketten voor beginners en gevorderden, veelal inclusief video's, theorie en oefenopdrachten. De lessen sluiten aan bij het NGF/Handicap 54 systeem, zodat je direct werkt aan baanpermissie en verbetering van je handicap.

Online golftraining is toegankelijk, betaalbaar en effectief, mits je kiest voor betrouwbare, goed beoordeelde platforms. Persoonlijke feedback, op maat gemaakte oefeningen, en het gemak van leren op jouw moment maken dit een sterke aanvulling op fysieke lessen.



## Renovlies Nieuwbouw

Uw betrouwbare schilder in Zeeland



- ✓ Duurzaam schilderwerk
- ✓ Ruime ervaring
- ✓ Heldere communicatie
- ✓ Vrijblijvende offerte
- ✓ Klantgericht

Binnenschilderwerk | Buitenschilderwerk | Behangen | Wandafwerking  
0619 992 468 | [info@renovlies-nieuwbouw.nl](mailto:info@renovlies-nieuwbouw.nl) | [renovlies-nieuwbouw.nl](http://renovlies-nieuwbouw.nl)

**De Golf in Zaken Courant**  
Regio Zeeland  
Jaargang 2025 - Editie 2

**Oplage**  
5.100 ex.

**Uitgave**  
PressTige Media  
Eindhoveneweg 33  
5582HN Waalre

Tel. 040-3033750  
[www.presstigemedial.nl](http://www.presstigemedial.nl)

**Ontwerp/opmaak**  
Hakof Media | [hakof-media.nl](http://hakof-media.nl)

**Advertentieverkoop**  
PressTige Media

**Druk**  
HelloPrint

**Verspreiding**  
Regio Zeeland

**Met dank aan**  
De adverteerders voor het mogelijk maken van deze uitgave.

**Copyright**  
Het is alleen toegestaan om artikelen en/of foto's uit deze uitgave over te nemen na schriftelijke toestemming van de uitgever. In alle gevallen

dient er een bronvermelding te worden vermeld. De uitgever is niet aansprakelijk voor eventuele schade als gevolg van het ontbreken of onjuist vermelden van gegevens in deze uitgave. De uitgever zal alleen verplicht zijn tot verbetering in de eerstvolgende editie. Er kunnen geen rechten worden ontleend aan de inhoud van deze uitgave.

## Redactie golfbanen/clubs

De inhoud van de artikelen over golfbanen/clubs is nauwkeurig samengesteld op basis van informatie die is aangeleverd door de betreffende baan/club, of is geschreven op basis van de website.

**Vragen over epilepsie?**

**Bel de Epilepsie Infolijn:**

**030 634 40 64**

**[www.epilepsie.nl](http://www.epilepsie.nl)**



**KROONKOZIJN**

HGZ

**COMFORTABEL  
DE WINTER DOOR**  
MET KROON KOZIJN

PROFITEER VAN ONZE  
**GRATIS HR++  
GLAS ACTIE!**



Scan de QR code en  
maak een afspraak



## **Ontdek DS Totaal Service** **Uw Partner in Vastgoedonderhoud**

Welkom bij DS Totaal Service, dé specialist in service en onderhoud van vastgoed. Met jarenlange ervaring zorgen wij ervoor dat uw woning of bedrijfspand in topconditie blijft. Goed onderhoud is de basis voor waardebehoud en woonplezier, maar wordt helaas vaak over het hoofd gezien.

Wij begrijpen dat u regelmatig tijd besteedt aan het onderhoud van uw auto, motor of boot, terwijl uw huis pas aandacht krijgt als er iets stuk gaat. Dit willen wij veranderen. Uw woning verdient minstens zoveel zorg, want een goed onderhouden pand behoudt zijn waarde en verhoogt zelfs uw woongenot. Met onze op maat gemaakte onderhoudsplannen, zoals het

Meerjarenonderhoudsplan (MJOP) of een beknopt onderhoudsplan (BOP), bieden wij structurele oplossingen. Ons team staat 24/7 klaar met de SafePlan-service om u te ondersteunen. Van gevelreiniging en tuinonderhoud tot loodgieterswerk en houtrot herstel – wij doen het allemaal. Geen klus is te klein of te groot.

Wilt u meer weten? Maak vrijblijvend een afspraak. Samen stellen we een checklist op en bieden we een passende offerte.

Bezoek onze website [dstotaalservice.nl](http://dstotaalservice.nl) of neem contact op via WhatsApp op 06-1616892789. Wij helpen u graag!

Volg ons @ Ds totaalservice



# Winterbestendige clubs & ballen

**Stel je voor: de herfstbladeren vallen, de temperaturen dalen, maar jouw golfspel blijft hotter dan ooit! Terwijl veel golfers hun clubs opbergen tot de lente, kun je met de juiste winterbestendige gear gewoon doorgaan. In 2025 zijn er fantastische opties voor clubs en ballen die speciaal ontworpen zijn om kou, regen en modder te trotseren. Laten we duiken in deze must-haves die je spel levendig houden, zelfs in de wintermaanden. En bonus: combineer ze met slimme tips voor optimaal plezier op Nederlandse banen!**

Eerst de clubs: wintergolf vraagt om uitrusting die vergeeft en presteert in uitdagende condities. Neem de TaylorMade Stealth 2 driver – een echte game-changer met zijn carbon face die maximale balsnelheid levert, zelfs als de bal kouder en harder aanvoelt. Deze driver maximaliseert afstand en vergevingsgezindheid, ideaal voor die winderige winterdagen waar elke yard telt. Voor irons raad ik de PING G425 aan: hun innovatieve face-design biedt geweldige afstand en stabiliteit, perfect voor natte fairways waar precisie cruciaal is. En vergeet hybrids niet!

De Cobra Darkspeed Adapt hybrid is een ster in ruw terrein, met een compact hoofd dat slicers helpt en hoge launches garandeert – super voor modderige lies. Of probeer de Wilson Dynapwr voor betaalbare vergevingsgezindheid en hoogte, zelfs uit de rough. Deze clubs zijn gebouwd met materialen die niet barsten in de kou en grips die grip bieden op gladde handen. Volgens experts zijn dit de topkeuzes voor 2025, met focus op carry-afstand in wintercondities. Pro-tip: kies clubs met extra loft, want in koude lucht vliegt de bal minder ver – pak gerust een club meer voor die perfecte approach.



Nu de ballen: in de kou verliest een standaard golfbal compressie en afstand, maar winterbestendige ballen lossen dat op met zachtere covers en kernen die beter presteren onder 10°C. De Titleist Pro V1x is een favoriet, met lage spin voor rechte vluchten in wind. Of ga voor de Callaway Chrome Soft, die extra zachtheid biedt voor betere feel en afstand op koude greens. Deze ballen rollen verder en voelen warmer aan, wat je swingvertrouwen boost. Warm ze op in je zak voor extra yards, en onthoud: op bevroren greens put je harder door het langere gras.

Waarom dit alles? Wintergolf houdt je fit, scherp en sociaal – geen hibernation voor jou! In Nederland blijven banen als Crimpenerhout open, dus trek laagjes aan (thermo basis, fleece midden, waterdichte jas) om warm te blijven zonder je swing te hinderen. Investeer in deze gear en je scoort lagere handicaps tegen de lente. Check lokale pro-shops voor fittings, en onthoud: de BEN ROSS DELTA X set is een budgettopper met 7 clubs voor allround winteractie. Dus pak je tas, trotseer de elementen en maak van 2025 je beste golfjaar ooit. Fore!

Golfclub Grevelingenhout

📍 Oudendijk 3 4311 NA Bruinisse

☎ 0111482650 🌐 [www.grevelingenhout.nl](http://www.grevelingenhout.nl)



## Golfclub Grevelingenhout

Welkom bij Golfclub Grevelingenhout, opgericht op 1 juli 1988 en gevestigd in de schilderachtige gemeente Schouwen-Duiveland. Onze doelstelling is het beoefenen en bevorderen van de golf-sport in al zijn facetten, zodat zowel wedstrijd- als recreatieve golfers met evenveel genoegen op onze prachtige baan kunnen spelen.

Golfclub Grevelingenhout streeft naar een vereniging waarin alle leden op een prettige en sportieve manier, met respect voor de regels en etiquette, de golfsport kunnen beoefenen. Om dit te bereiken, organiseren we verschillende cursussen voor beginnende leden om baanpermisatie te verkrijgen en een EGA-handicap te behalen. Daarnaast worden er regelmatig diverse soorten wedstrijden georganiseerd, waaronder qualifying wedstrijden die invloed hebben op uw handicap, gezelligheidswedstrijden en wekelijkse dames- en herendagen. Naast golf biedt de club ook andere activiteiten, zoals bridge en lezingen, waardoor het lidmaatschap van Grevelingenhout een unieke en verrijkende ervaring is.

In 1996 werd Grevelingenhout Golf BV eigenaar van de golfbaan en alle opstallen. Hierdoor werden de leden, als certificaathouders van de aandelen van Grevelingenhout Golf BV, indirect eigenaar van de golfbaan. Het clublidmaatschap biedt speelrecht op de baan voor golfvaardige leden en de mogelijkheid om gebruik te maken van de uitgebreide les- en oefenfaciliteiten. Deze faciliteiten zijn ook beschikbaar voor (nog) niet golfvaardige leden, Par 3-clubleden en greenfee-spelers.

### Leden

Momenteel heeft onze golfclub ongeveer 600 senior-leden, 25 Par 3-leden en 45 jeugdleden, wat zorgt voor een diverse en levendige gemeenschap. Het maximum aantal leden is vastgesteld op 800 leden door de ALV. Er zijn nog steeds mogelijkheden om lid te worden van Grevelingenhout, en voor de kosten van het lidmaatschap verwijzen we u graag naar onze website onder "Lid worden".

Golfclub Grevelingenhout is niet alleen een plek waar je je golfvaardigheden kunt verbeteren, maar ook een gemeenschap waar je nieuwe vrienden kunt maken en deel kunt uitmaken van een passie voor de golfsport. Met een prachtige omgeving en uitstekende faciliteiten biedt Golfclub Grevelingenhout een onvergetelijke ervaring voor golfers van alle leeftijden en niveaus.

Bron - [www.grevelingenhout.nl](http://www.grevelingenhout.nl) - Afbeelding: Unsplash





# AquaSmooth

waterontharder

innovatieve technologie voor zacht water

- Onderhoudsvrij
- Elektronische bypass
- Laser zoutdetectie
- Ultra fijne hars
- Hoge doorstroom

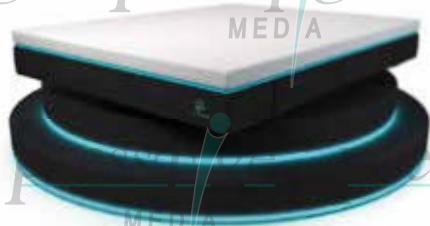
**André Verheij**  
Dirksland  
06 49515474  
[www.aquasmooth.nl](http://www.aquasmooth.nl)



# Zeeuwse matras

Best beoordeeld in Nederland

★ Trustpilot 4,8/5



Verbeter je swing door ontspannen wakker te worden. Het enige matras waarbij je de hardheid en de schouderzone naar wens kan **afstemmen op jouw lichaam en slaaphouding**.

- ✓ De perfecte ondersteuning en drukverdeling
- ✓ Verkoeling door gelparels en luchtcirculatie
- ✓ Aanpasbaar voor buik-, rug- en zijslapers
- ✓ Ontworpen in Nederland, geproduceerd in België
- ✓ Gratis proberen met 100 nachten proefslapen

Liever eerst komen kijken?  
Maak telefonisch een afspraak, zorgen wij voor koffie.



**MORNINGSTAR**  
[www.morningstarsleeps.nl](http://www.morningstarsleeps.nl)  
085 401 4404  
Schuufdam 16A, 4357EW in Domburg




BBQ SHOP - BBQ WORKSHOP - BBQ CATERING

**MEATME.NU**

BANNINKLAAN 6A  
4301NN ZIERIKZEE  
[WWW.MEATME.NU](http://WWW.MEATME.NU)

# UW BBQ SPECIALIST IN ZEELAND



ONDER ANDERE DEALER VAN:

YAKINIKU BRAAI MASTER ON FIRE

KEIJ KAMADO

BBQ SHOP - BBQ WORKSHOP - BBQ CATERING

Uitgebreid assortiment tuin- en parkmachines en accessoires voor particulier en professional in onze winkel in Nieuwerkerk.



**TORO**

# Uw specialist in Tuin- en Parkmachines



De Puyeweg 1 - Goes T 0113 - 23 01 12  
De Weel 1- Nieuwerkerk (showroom) T 0111 - 64 22 40  
Middelburgsestraat 128 - Koudekerke T 0118 - 61 12 13  
[info@gebrweststrate.nl](mailto:info@gebrweststrate.nl) [gebrweststrate.nl](http://gebrweststrate.nl)





## Golfclub Oostburg

**Welkom bij Golfclub Oostburg – Domein De Brugse Vaart! Gelegen aan de schilderachtige oevers van het oude Zwin, is onze golfbaan een van de mooiste en meest gewaardeerde in de Benelux. Elke dag verwelkomen we golfenthousiastelingen, zowel leden als gasten, in een warme, gastvrije sfeer. Of je nu een ervaren speler bent of aan het begin van je golf carrière bent, de unieke charme van ons domein zal je keer op keer verrassen.**

Het domein heeft een rijke geschiedenis die teruggaat tot de vroege 16e eeuw. Het kanaal de Brugse Vaart, gegraven door de stad Brugge om het Zwin tegen verzanding te beschermen, geeft het gebied zijn naam. In 1986 werd deze locatie gekozen voor de aanleg van onze prachtige 18-holes-golfbaan. Deze baan, met extra waterpartijen langs de oevers van de Brugse Vaart, biedt zowel een uitdagend als adembenemend uitzicht voor elke golfer. Het is een plek waar golf en natuur elkaar ontmoeten in een harmonie die je nergens anders vindt.

### Sport en veel meer

Wat De Brugse Vaart Golf & Country Club zo bijzonder maakt, is niet alleen de baan, maar ook de sfeer die het domein uitstraalt. Hier staat niet alleen de sport centraal, maar ook het samenzijn, het genieten van de omgeving en de ontspannen, familiale atmosfeer. Ons clubhuis biedt de ideale plek om na je ronde te ontspannen met een drankje en een goed gesprek. Het is die informele maar toch verfijnde sfeer die onze club tot iets bijzonders maakt.

### Fox 9

Naast onze gevestigde Pelican 18, zijn we trots aan te kondigen dat in 2025 ook de nieuwe 9 holes de Fox 9 open gaat. Met zijn unieke karakter en uitdagende Lay out is de Fox 9 onderdeel van de verdere expansie van de Brugse Vaart en de perfecte aanvulling binnen ons mooi domein.

### WhatsApp

Ben je geïnteresseerd in een bezoek of heb je snel een vraag? Sinds kort zijn wij ook via WhatsApp bereikbaar voor boekingen of korte vragen. Je kunt ons gemakkelijk bereiken op het nummer L +31 6 15 17 21 21. Wij kijken ernaar uit je te verwelkomen op ons domein en je een onvergetelijke golfervaring te bieden!

Bron - [www.golfoostburg.com](http://www.golfoostburg.com)

## Leesvoer: de beste golfboeken

**Golf is een sport waar techniek, strategie, emotie en plezier samenkomen. Er zijn talloze boeken geschreven die zowel beginners als gevorderden kunnen inspireren. Hier volgt een overzicht van de beste golfboeken ter wereld en Nederland, ideaal voor iedere golfer die zijn spel, inzicht of beleving wil verdiepen.**

Een van de absolute klassiekers is “Golf is not a game of perfect” van Dr. Bob Rotella. Dit boek zoomt in op de mentale kant van golf en leert je omgaan met druk en faalangst. Voor wie het putten wil verbeteren, biedt Rotella ook “Putting Out of Your Mind”, met praktische tips om de green met meer succes te bespelen.

### Visualisatie

Voor Nederlandse golfers is “Golfen met je ogen dicht” van Birdy Mulligan een echte aanrader. Dit boek focust op visualisatie en het trainen van vertrouwen in je swing, wat leidt tot meer ontspanning op de baan en betere resultaten. De Nederlandse Golf Federatie (NGF) geeft een reeks uit boeken uit, waaronder het “NGF-stappenplan”, met praktische oefeningen, handige uitleg over regels en alle do’s-and-don’ts voor beginners en gevorderden. Ook “Golfregels voor startende golfers” en “Golfregels” van NGF zijn onmisbaar als naslagwerk.

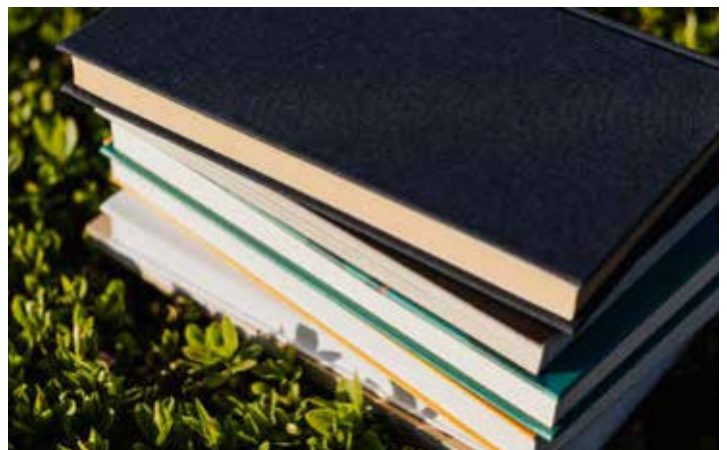
Harvey Pennick’s “Little Red Book” staat wereldwijd bekend om de heldere, direct toepasbare adviezen en inspirerende verhalen uit een leven als golfleraar. “Golf for Dummies” van Gary McCord is een luchtig en toegankelijk geschreven overzicht van technieken, materiaal en etiquette; zeer geschikt als eerste kennismaking met golf.

### Technisch denken

Voor wie het technische spel wil doorgronden is “Every Shot Counts” van Mark Broadie een must-read. Het introduceert het Strokes Gained-concept, waarmee alle onderdelen van je spel meetbaar en verbeterbaar worden. Ook “I Feel Your Pain” van Mike Malaska is een aanrader voor golfers die worstelen met te veel technisch denken en juist willen leren intuïtiever te spelen.

Verder valt “Fifty Places to Play Golf Before You Die” op door een reis langs ‘s werelds fraaiste golfbanen, en Tom Coyne’s verhalen over golfreizen in Ierland, Schotland en Amerika bieden unieke perspectieven op golf als lifestyle.

Deze boeken bieden golfers verdieping in techniek, geest, regels en beleving – en maken golf méér dan een sport, maar een verrijkende en inspirerende hobby.



# MIKE FRIJLINK

K O Z I J N E N

## ISOLERENDE KUNSTSTOF KOZIJNEN

[WWW.MFKOZIJNEN.NL](http://WWW.MFKOZIJNEN.NL)

### Uw tuinpartner voor kwaliteit in Zeeland!

Ontwerp



Samen met u gaan we aan de slag om tot een tuinontwerp te komen dat bij u en uw tuin past.

Aanleg



Dankzij jarenlange ervaring tovert ons team uw tuin om in een tuin die perfect aansluit bij uw wensen.

Onderhoud



Van een eenmalige onderhoud tot het wekelijks bijhouden. Wij nemen graag het werk voor u uit handen.

**HOVENIERSBEDRIJF  
MINDERHOUD**  
Domburg

Voor meer informatie:

0118 58 18 11

[hoveniersbedrijfminderrhoud.nl](http://hoveniersbedrijfminderrhoud.nl)

## GRANDO

KEUKENS | BADKAMERS

**Persoonlijk en  
verrassend advies.**

**Ernst de Waal**  
Ondernemer

**Grando Middelburg**  
Mortiereboulevard 42  
4336RA Middelburg  
T 0118 724905



Alles uit handen,  
zodat jij kan genieten.

[grando.nl/middelburg](http://grando.nl/middelburg)





# Wintergolf: tips voor koude dagen

**Golfen wordt vaak met zon en groene fairways geassocieerd, maar wie in de winter speelt ontdekt een heel andere charme. De rust op de baan, het winterse landschap en de extra uitdaging maken wintergolf uniek.**

## Kleding

Essentieel is passende kleding: draag lagen, een warme muts, handschoenen en waterdichte sokken en schoenen. Speciale wintergolfballen en heldere kleuren zorgen voor betere prestaties en zicht. Controleer je spikes voor grip.

## Spieren

Warming-up is extra belangrijk: spieren zijn kwetsbaarder bij kou, dus langer en dynamisch opwarmen voorkomt blessures. Pas

je swing aan; de baan is vaak natter of harder, waardoor je meer controle en minder kracht nodig hebt. Respecteer winterregels, zoals het gebruik van wintergreens en trolleys, en het plaatsen van de bal. Zo blijft de baan bespeelbaar en gezond.

## Energie

Hou je energie en concentratie op peil met snacks en warme dranken. Extra accessoires als handwarmers, een paraplu en een handdoek zijn handig; een winterhoes beschermt je materiaal.

## Mentaal

Je mentale instelling telt: accepteer moeilijkere omstandigheden en hogere scores, en geniet vooral van de ontspannen sfeer

en het leren. De rust in de winter geeft ruimte om te oefenen, te experimenteren en aan je techniek te werken.

Veiligheid is belangrijk, dus let op gladheid en draag eventueel reflecterende kleding. Informeer bij twijfel of de baan veilig open is. Bovenal: geniet van de natuur, de stiller, frisse lucht en het unieke uitzicht over mistige velden. Wintergolf is niet alleen uitdagend, maar verrijkt je spel, verhoogt je uithoudingsvermogen, en brengt nieuwe inzichten. Wie zich goed voorbereidt haalt veel plezier uit een ronde in de kou; het is een perfecte manier om fit te blijven, je techniek te verfijnen en te genieten van het buitenszijn. Trek erop uit en ontdek de magie van wintergolf!

## Indoorgolf Zeeland – plezier, beleving en training onder één dak

Het is woensdagavond. Buiten giert de wind over de Zeeuwse dijken, maar binnen klinkt gelach, het geluid van golfballen en het klinken van glazen. In de ene cabine daagt een groep vrienden elkaar uit op Augusta National Golf Club – virtueel weliswaar, maar levensecht.

Op één van de andere cabines staat een beginnende golfer naast een ervaren golfpro, geconcentreerd te werken aan zijn swing. Dát is de magie van Indoorgolf Zeeland: iedereen beleeft golf op zijn eigen manier, samen onder één dak.

### Gezelligheid met een sportief tintje

Of je nu voor het eerst een golfclub vastpakt of al jaren speelt: bij Indoorgolf Zeeland voel je je meteen thuis. Onze moderne golfsimulatoren brengen je naar de mooiste banen ter wereld. Je lacht samen om die ene bal die nét achter een boom beland, juicht bij een hole-in-one en geniet van de ongedwongen sfeer.

### Trainen en groeien met de pro

Wil je meer dan alleen plezier? Dan kun je bij ons ook je golfles reserveren en serieus trainen met professionele apparatuur en directe feedback waardoor je sneller vooruitgang boekt.

### Een compleet uitje in hartje Zeeland

Indoor golfen is niet alleen sportief, maar ook een gezellige beleving. Combineer je ronde met een snackje en drankje en maak er een sfeervol uitje van – met vrienden, familie of collega's. Ook voor bedrijfsuitjes is Indoorgolf Zeeland dé plek: verrassend, laagdrempelig en verbindend.



### Waarom Indoorgolf Zeeland?

- Altijd perfect golfweer
- Wereldberoemde golfbanen binnen handbereik
- Sfeervol en gezellig voor iedereen
- Professionele lessen en serieuze trainingsmogelijkheden
- Ideaal voor vrienden, families én bedrijven

### Ons motto:

Waar Golf Buiten Stopt, Gaan We Binnen Verder!

 [www.indoorgolf-zeeland.nl](http://www.indoorgolf-zeeland.nl)





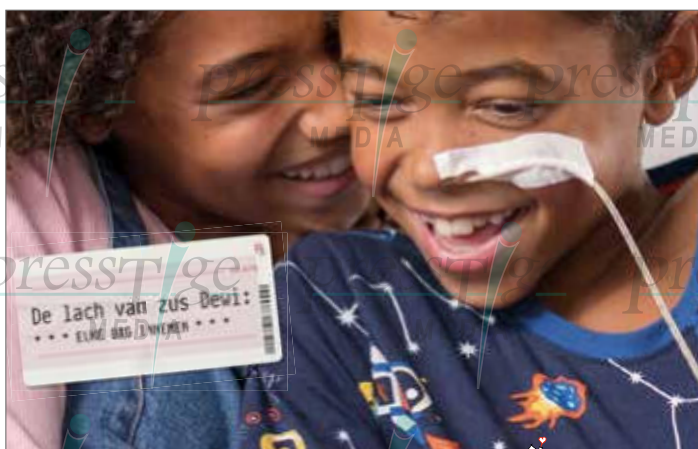
**DUIVELANDSE HOUTBOUW** realiseert schuren, bergingen, buitenverblijven, veranda's, vlonders, dierenverblijven, carports en dakkapellen. Dat doen we met veel passie en oog voor detail. Vanuit onze werkplaats maken we prefab deel elementen, waarna we dit bij u in de tuin plaatsen tot een compleet geheel.

Maak een afspraak voor een vrijblijvend kennismakingsgesprek met ons zodat we van gedachten kunnen wisselen over de mogelijkheden. Tijdens het gesprek zetten we uw wensen en eisen op een rij en brengen we de maten, het gewenste model en details in kaart. Na het oriëntatiegesprek gaan we aan de slag met een aanbieding. Na akkoord van de aanbieding wordt er een 3D ontwerp gemaakt.

☎ 0647197156 (ook WhatsApp)  
✉ [info@duivelandsehoutbouw.nl](mailto:info@duivelandsehoutbouw.nl)  
🌐 [www.duivelandsehoutbouw.nl](http://www.duivelandsehoutbouw.nl)



**Duivelandse  
Houtbouw**



Er is een medicijn dat elk ziek kind beter laat voelen: familie. Daarom zijn er de Ronald McDonald Huizen. Zo zijn mama en papa altijd dichtbij.



**Zeele**  
Installatietechniek

- Installatietechniek
- Airco's & warmtepompen
- Elektriciën
- IBA & Rioleringsinstallaties



**Neem contact op**



**Scan**  
en bezoek  
onze site

☎ 06 135 34 718  
✉ [info@zeeleverhuur.nl](mailto:info@zeeleverhuur.nl)  
🌐 [www.zeeleverhuur.nl](http://www.zeeleverhuur.nl)

## KOPPEJAN WATERSERVICE

ERVAAR HET  
COMFORT VAN ZIJDE  
ZACHT WATER

Ervaar het nu zelf: Vraag nu een GRATIS informatiebrochure aan

### Kinetico waterontharder

- Altijd zacht water - 24/7
- Efficiënt zout verbruik
- Fluisterstil
- Geen stroom nodig
- Hoge betrouwbaarheid
- Compact design



[www.koppejanwaterservice.nl](http://www.koppejanwaterservice.nl)







## Golfen en gezondheid: fysieke voordelen

**Golf wordt vaak gezien als een ontspannen buitensport, maar biedt in werkelijkheid aanzienlijke fysieke voordelen. De beweging die bij golfen komt kijken, draagt sterk bij aan je gezondheid en fitheid; zowel voor jonge als oudere spelers. Vele internationale onderzoeken tonen aan dat golfers tot wel vijf jaar langer kunnen leven en minder vaak ziek zijn dan mensen die niet sporten of minder bewegen. Dit komt mede doordat golf een matig-intensieve sport is, wat perfect aansluit op de beweegrichtlijnen van organisaties zoals de WHO.**

Een golfronde bestaat uit veel wandelen: 4 tot 10 kilometer per sessie, afhankelijk van het aantal holes. Tijdens deze wandeling verbrand je al snel 450 tot 1500 calorieën, afhankelijk van je snelheid, intensiteit en het dragen van je tas. Dit bevordert gewichtsbeheersing en verhoogt het uithoudingsvermogen, zonder je gewrichten zwaar te belasten. Het lopen op (licht) heuvelachtig terrein traint bovendien de hartspier, het longvolume en diverse spiergroepen in benen, billen en romp.

Naast wandelen en spierversterking zorgt de golfswing voor actieve training van rug, schouders, armen en core. De rotatiebeweging vereist coördinatie, flexibiliteit en kracht, wat helpt blessures te voorkomen en de algehele mobiliteit te verbeteren. Voor oudere golfers zorgt dit voor een betere balans, evenwichtscontrole en flexibiliteit ten opzichte van leeftijdsgenoten die niet sporten.

Buiten sporten stimuleert ook de aanmaak van vitamine D, wat essentieel is voor gezonde botten, een goed immuunsysteem en sterke spieren. De frisse lucht en natuurgevoel verlagen hartslag en bloeddruk, minimaliseren stress en geven extra energie. Door matige inspanning in combinatie met ontspanning vermindert golf het risico op diabetes, hart- en vaatziekten, bepaalde vormen van kanker en dementie.

Golf is bovendien geschikt voor alle leeftijden: van kinderen tot senioren. De lage impact en eenvoudige aanpassingen zorgen dat iedereen op zijn eigen niveau actief kan blijven; zelfs revalidatie na blessures is goed mogelijk via golf. Door het sociale aspect en het plezier van het spel, voelen golfers zich vaak energiever, gezonder en gelukkiger.

Kortom: regular golfen ondersteunt een vitaal lichaam, betere conditie, gezonde geest en het voorkomen van chronische aandoeningen. Golf is dus een sport met complete gezondheidsvoordelen, ideaal om fit te blijven op elke leeftijd.

Golfcentrum Reymerswael

📍 Grensweg 21, 4411 ST Rilland-Bath

☎ 0113551265 🌐 [www.reymerswael.nl](http://www.reymerswael.nl)



## Golfcentrum Reymerswael

**Golfen is voor oudere mensen in ruitjesbroeken. Voor iedereen die nog in dit imago gelooft wordt het hoog tijd om eens een kijkje te komen nemen bij Golfcentrum Reymerswael.**

Deze 18- holes baan ligt op een unieke locatie aan de Westerschelde waar Noord-Brabant, Zeeland en Vlaanderen samenkomen; op slechts 20 auto minuten van Bergen op Zoom, Goes en Antwerpen en met weidse uitzichten over het Schelde-Rijnkanaal, de Westerschelde en de Brabantse Wal.

### Golfbaan

De 18-holes links golfbaan is, met afwisselende holes en waterpartijen en een open lay-out, altijd een uitdaging om te spelen, voor ervaren en minder ervaren golfers.

Het Golfcentrum is ook de thuisbasis van de Antverpia FootGolf Club die hier gedurende de zomertijd elke maandagavond spelen.

### Golfclinics

Het Golfcentrum beschikt over een Golfschool en verzorgt golfclinics voor beginnende en ervaren golfers, wat geschikt is voor een familiedag, een uitje met vrienden of als teambuildingsactiviteit met collega's.

### Bedrijvencompetitie

De Reymerswael Bedrijven Competitie (RBC) is een begrip en dé ideale gelegenheid om te netwerken; een rondje golfen is minder formeel en brengt (zaken)mensen nader tot elkaar. Tientallen bedrijven uit West-Brabant, Zeeland en Vlaanderen schrijven zich hier al vele jaren voor in.

### Zeezicht vergaderruimte

Op de bovenverdieping van het clubhuis bevindt zich een mooie vergaderruimte die met een fantastisch uitzicht over de Westerschelde en de golfbaan met recht een pareltje genoemd mag worden. De ruimte is geschikt voor teambuilding, brainstormsessies, trainingen, workshops of groepsdiners in een privé setting.

### Clubhuis

Het moderne clubhuis is een trekpleister voor golfers, dagjesmensen, fietsers en wandelaars. Het restaurant is het gehele jaar door dagelijks geopend en hier kunt u terecht voor een kop koffie met Zeeuwse plaatkoek, een borrel met borrelplankje, een lunch of diner. Er zijn regelmatig speciale (dag)schotels verkrijgbaar die in veel gevallen ook als take-away meegenomen kunnen worden.

Kom gerust eens een kijkje nemen op Golfcentrum Reymerswael!

Bron: [www.reymerswael.nl](http://www.reymerswael.nl)



**PETER MORKS**  
Stoffeerderij

*Voor al uw stofferingen*

Woningstoffering,  
Meubelstoffering,  
Autostoffering enz..  
Bezoek onze website voor een uitgebreide impressie!

Sint Joostdijk 25, 4307 AR Oosterland -  
0111 642 979 - [www.stoffeerderijpetermorks.nl](http://www.stoffeerderijpetermorks.nl)



**NU 24 kW!**

**HINNEMAN**  
ENGINEERING

[WWW.HINNEMANENGINEERING.NL](http://WWW.HINNEMANENGINEERING.NL)

**DUVEFIT IS ER VOOR IEDEREEN**

**DUVEFIT**  
HULPVERLENING & SPORTBEGELEIDING

**BAKKER RENOVATIE**

BEL 06 - 467 687 00  
[www.bakkerrenovatie.nl](http://www.bakkerrenovatie.nl)

badkamer renovatie | tegelwerken | aftimmeren | wedi expert pro |

**ROEGIERS**  
GLAS

**DE KOEIJER**  
SCHILDERING

OBJECTBEVEILIGING & MOBILE SURVEILLANCE & HOSPITALITY

**DeltaSafe**  
security

Een eigen kijk op veiligheid

[www.delta-safe.nl](http://www.delta-safe.nl)

**Klimaat Meeuw**

Voor Airco's  
en Warmtepompen  
BRL100 en Veritas gecertificeerd

06-48663011  
[www.klimaatmeeuw.nl](http://www.klimaatmeeuw.nl)

**LOKERSE**  
KOULDETECHNIEK

PERFECTE **VERKOELING** TIJDENS DE  
WARMSTE ZOMERS EN SNELLE, GASLOZE  
**VERWARMING** IN DE FRISSE WINTERS.

Heinkenszand | 06 20 947 733 | [info@lokersekoudetechniek.nl](mailto:info@lokersekoudetechniek.nl) | [www.lokersekoudetechniek.nl](http://www.lokersekoudetechniek.nl)





## Golfbaan de Zeeuwsche

**Golfbaan De Zeeuwsche heeft naast de 9-holes golfbaan ook een volwaardige par-3 baan. De par-3 baan is voor iedereen toegankelijk, ook voor liefhebbers zonder golfvaardigheidsbewijs. Deze baan is ook uitermate geschikt voor golfers die hun korte spel willen verbeteren.**

De par-3 baan wordt van vrijdag t/m zondag enkele uren gebruikt voor Footgolf. In plaats van met clubs en golfbal, speelt u met een voetbal. Wilt u meer weten of met een grote groep op een andere dag komen? Kijk op onze websites ([www.dezeeuwsche.nl](http://www.dezeeuwsche.nl) of [www.loofmiddelburg.nl](http://www.loofmiddelburg.nl)) Of neem telefonisch contact met ons op (0118-567 490)

Bij Golfbaan de Zeeuwsche is het sfeervolle restaurant Loof! gevestigd. Naast Middelburg zijn er ook Loof! vestigingen in Vrouwenpolder en in Roosendaal. Loof! Middelburg heeft een zonnig terras met schitterend uitzicht op de golfbaan en de aqua driving range. Golfbaan De Zeeuwsche & LOOF! Middelburg verrassen de gasten graag iedere dag weer. U kunt bij ons terecht om op een sportieve locatie een kop koffie te drinken, te lunchen, te borrelen en/of uitgebreid te dineren. Met een groter gezelschap een feestje vieren? Uitgebreid dineren met al uw collega's? Restaurant LOOF! is daar uitermate geschikt voor. De mogelijkheden zijn onbegrensd.

Lunchbespreking met collega's of een vergaderarrangement? Restaurant Loof! is daar uitermate geschikt voor. Voor zakelijke afspraken is er een vergaderruimte beschikbaar die gehuurd kan worden. Bij de huur van de vergaderruimte wordt u ontvangen met koffie/thee en een huisgemaakte lekkernij. Daarnaast kunt u gebruik maken van alle faciliteiten waaronder een beamer met scherm, Wi-Fi, parkeergelegenheid en nog veel meer. Mogelijkheid voor een dagdeel? Het is uiteraard ook mogelijk de vergaderruimte te huren voor een dagdeel en/of dit bijvoorbeeld te combineren met Footgolf of een golfclinic. Alle aanvragen zijn maatwerk, wij denken graag met u mee. Combineren met eten? Dit is altijd mogelijk in overleg. Brunch, lunch of diner? Neem gerust contact met ons op en wij maken een offerte op maat.

Bij Golfbaan De Zeeuwsche zijn zowel speelgerechtigden als greenfeespelers welkom. We hebben diverse lidmaatschappen, par 3 lidmaatschap, 9 holes grote baan, 18 holes grote baan en bedrijfslidmaatschap. Met de lidmaatschappen van de grote baan kunt u doordeweeks zonder toeslag ook spelen op onze andere golfbanen Golfcentrum Roosendaal en Golfcentrum Dongen. Hoe mooi is dat? Een lidmaatschap voor 3 golfbanen!

Bron - [www.dezeeuwsche.nl](http://www.dezeeuwsche.nl)

## Golf en social media

**De golfwereld is in de afgelopen tien jaar ingrijpend veranderd door de opkomst van social media. Wat begon als een platform voor het delen van persoonlijke ervaringen is uitgegroeid tot een allesomvattende bron voor nieuws, inspiratie, netwerk en zelfs instructie. Golfers, banen, professionals en merken hebben sociale platforms inmiddels stevig omarmd.**

Instagram is dé plek voor spectaculaire golfbeelden en baanimpresies. Bekende golfers zoals Rory McIlroy en Anne van Dam delen hier niet alleen hun prestaties, maar ook hun dagelijkse routine, trainingssessies en inzichten. Voor golfclubs vormt Instagram een krachtig middel om hun aantrekkelijkheid te tonen: kleurrijke foto's van greens, aankondigingen van toernooien en vlogs van clubervaringen trekken nieuwe leden en bezoekers.

YouTube is uitgegroeid tot een digitale golfschool. Hier vindt je duizenden instructievideo's en analyses van pro-wedstrijden. Golfcoaches en pro's zoals Rick Shiels en Erik Anders Lang brengen tutorials, cursuscontent en baanreviews rechtstreeks naar beginnende en gevorderde golfers. Nederlandse golfclubs gebruiken YouTube ook steeds vaker om virtuele rondleidingen te geven en hun community te versterken.

TikTok, bekend van korte en creatieve content, veroverd vooral de jongere generatie golfers. Challenges, humoristische trickshots en korte tips zorgen dat golf ook in deze snelle, visuele omgeving een plek vindt. Hierdoor krijgt de sport een modern, laagdrempelig imago wat het makkelijker maakt om nieuwe doelgroepen te bereiken.

Facebook en X (voorheen Twitter) blijven belangrijke platformen voor nieuws en interactie. Golfbanen en verenigingen communiceren programmanieuws, aankondigingen van evenementen en wedstrijden meestal via Facebookgroepen en evenementenpagina's. Golfers verbinden zich in discussiegroepen, delen ervaringen en geven elkaar tips over materiaal, banen en strategieën. Merken en golfshops gebruiken gesponsorde Facebookposts en advertenties om nieuwe productlanceringen in de spotlight te zetten.

### Het belang van social media voor golfer en baan

Golf en social media versterken de golfgemeenschap op allerlei manieren. Clubs bouwen loyaliteit op door hun leden actief te betrekken bij online polls, vragen en fotoacties. Golfscholen kunnen een grotere doelgroep bereiken voor clinics en lessen, terwijl fans het hele jaar door inspiratie vinden. Met hashtags als #GolfLife, #GolfNederland of #Greenhunting ontstaat een wereldwijde community die golf verbindt – ongeacht leeftijd, locatie of niveau.

Social media zijn een onmisbaar hulpmiddel geworden voor iedereen die golf een warm hart toedraagt. Ze zorgen voor verbinding, inspiratie en dynamiek in een sport die traditie combineert met innovatie. Wil je blijven? Volg je favoriete baan en pro's online en deel je eigen golfervaring met de wereld.



# Verbeter de golfprestaties met EMS Bodytec trainingen

Bodytec is een intensieve full body workout van slechts 20 minuten, gebaseerd op Elektro Musculaire Stimulatie (EMS). Deze technologie activeert acht spiergroepen tegelijk via laagfrequente elektrische impulsen, wat zorgt voor snellere resultaten zoals een strakkere huid, minder cellulitis, figuurcorrectie en verbeterde spieropbouw. Ook kan het klachten bij artrose verminderen.

EMS wordt al meer dan 30 jaar in de fysiotherapie toegepast en vormt de basis van deze moderne trainingsmethode. Tijdens de sessie draag je speciale onderkleding en een elektrodenvest dat verbonden is met veilige Miha Bodytec-apparatuur. De training wordt volledig afgestemd op jouw niveau en doelen, waarbij elke spiergroep apart ingesteld kan worden.

## BODYTEC FACTS

- In 20 min. per week een volledige total body work-out
- Een weerstandstraining zonder gewichten
- Gemakkelijke manier van trainen, voor iedereen haalbaar en bereikbaar
- Low/no impact weerstandstraining
- Lage of geen druk op pezen en gewrichten
- Altijd op afspraak en onder begeleiding van een personal trainer
- Voeding- en leefstijlcoaching mogelijk

Dit maakt een Bodytec-sessie effectiever dan meerdere traditionele trainingen.

Hoewel de methode veilig is, zijn er situaties waarbij EMS afgeraden wordt. De trainers kunnen hierover adviseren. Bodytec is ideaal voor wie snel, efficiënt en doelgericht wil trainen met meetbare resultaten

## FIT & BEAUTIFUL

MIDDELBURG



## VOORDELEN VAN BODYTEC

- Verhoogt de vetverbranding bij het afvallen
- Helpt vetpercentage en gewicht te verminderen
- Maakt de huid strakker en vermindert cellulitis
- Verhoogt de conditie en bevordert spiergroei
- Deskundig in bewegen zonder pijn (bijvoorbeeld met Artrose, Reuma en fibromalgie)
- Maakt de huid strakker en vermindert cellulitis
- Vermindert of verhelpt incontinentie

Voltaweg 6 | 4338 PS Middelburg | 0118-436528 | [info@fitandbeautiful.nl](mailto:info@fitandbeautiful.nl) | WhatsApp 06-30357663 | [fitandbeautiful.nl](https://www.fitandbeautiful.nl)

# DE VOLLEDIG NIEUWE MAZDA6e

## ELEKTRISCH RIJDEN MET DE KLASSE VAN JAPANS VAKMANSCHAP

- Actieradius tot wel 552 kilometer<sup>1</sup> en 258 pk vermogen
- Na 15 minuten<sup>2</sup> laden 235 kilometer rijden
- Stijlvol Japans design; zowel exterieur als interieur



PROFITEER NU VAN € 2.000 INTRODUCTIEVOORDEEL

6 JAAR MAZDA GARANTIE

TRAMPER GOES | PEARYWEG 2 | T. 0113 - 23 07 68 | [INFO@TRAMPERGOES.NL](mailto:INFO@TRAMPERGOES.NL) | [TRAMPERGOES.NL](https://www.trampergoes.nl)

Mazda6e 2025 vanaf € 44.990. Elektrisch verbruik Mazda6e 2025 van 16,5 - 16,6 kWh per 100 km / CO<sub>2</sub>-uitstoot 0 g/km. Onder voorbehoud van officiële homologatie. Genoemde prijzen zijn incl. bpm, btw en kosten rijklaar maken, excl. metallic/mica lak en opties. Deze actie is geldig voor particuliere/zakelijke aanschaf met aankoopdatum tussen 1 april t/m 30 juni 2025. De actie is niet geldig bij zakelijke-/private lease of in combinatie met andere acties. Het afgebeelde model kan verschillen van de daadwerkelijke specificaties. Prijswijzigingen zijn voorbehouden. Voor kosten en voorwaarden, zie [www.mazda.nl](https://www.mazda.nl). Actieradius voor uitvoering met batterij van 50 kWh, zoals bepaald volgens de WLTP. De daadwerkelijke actieradius kan verschillen afhankelijk van de uitrusting en individuele factoren. De werkelijk behaalde actieradius (minder reële omstandigheden) varieert afhankelijk van de rijstijl, het gebruik van optionele functies (bv. stuurverwarming en cruisecontrole), extra uitrusting, de laderbelasting, het aantal passagiers/de belasting, het topografie of het weertype. Het aantal laden van de batterij, 2) de oplaadtijd van 15 minuten is gebaseerd op een batterij-omgevingstemperatuur van 23 °C (+/- 2 °C), met gebruik van een 200kW DC snellader, de 80V batterij en een initiële laadstatus van 30%. De werkelijke oplaadtijd is afhankelijk van verschillende omstandigheden op het moment van opladen, zoals het type snellaadstation, de status van de batterij, hoe je laadt en de batterij- en omgevingstemperatuur. Bij koude omstandigheden zal de oplaadtijd van de batterij- als de omgevingstemperatuur de benodigde oplaadtijd, wat in bepaalde situaties kan leiden tot een aanzienlijke verlenging van de oplaadtijd.

CRAFTED IN JAPAN







## Domburgsche Golfclub

Aan de kust, direct ten zuiden van Domburg, ligt één van de oudste en meest prestigieuze golfbanen van Nederland: de Domburgsche Golfclub. Deze historische golfbaan, ontworpen door golfprofessional E.C. Warren, werd in 1914 officieel geopend. Ondanks zijn leeftijd staat de Domburgsche Golfbaan niet stil. We zijn een zeer actieve vereniging die voortdurend samenwerkt met onze greenkeepers en baanarchitect Alan Rijks om de baan te moderniseren, te verbeteren en aan te passen aan de eisen van de hedendaagse golfer.

Hierbij streven we ernaar om actief bij te dragen aan het behoud en de verbetering van de natuur en het milieu in en rond de golfbaan, waardoor we een moderne golfbaan kunnen aanbieden met uitstekende speeleigenschappen en een sterke focus op natuurbeleving.

De unieke ligging van de Domburgsche Golfclub in de duinen, met adembenemend uitzicht over Walcheren en de Noordzee, maakt het spelen op deze baan keer op keer een bijzondere ervaring. De Domburgsche is de enige echte "links" baan van Nederland, waar wind en rough vaak zorgen voor een uitdagende ronde. De baan wordt in diverse golfbladen dan ook regelmatig geprezen als één van de mooiste 9-holes banen van ons land. Wereldwijd staat de Domburgsche op de 33e plaats, een prestatie waar wij als club uiteraard bijzonder trots op zijn.

Als ervaren golfer nodigen we je van harte uit om als gastspeler van onze uitdagende baan te genieten. Ben je nog geen golfer, maar wil je ontdekken of golf misschien iets voor jou is? Dan hopen we je binnenkort te mogen verwelkomen. Voor niet-leden biedt de Domburgsche Golfclub, afhankelijk van de golfvaardigheid, een aantal mogelijkheden om kennis te maken met de vereniging en de prachtige baan. Hiervoor verwijzen we je graag naar onze website, waar je meer informatie kunt vinden over lidmaatschapsopties, golflessen, evenementen en nog veel meer. Laat je betoveren door de schoonheid en uitdagingen van de Domburgsche Golfclub en ervaar zelf waarom deze baan zo geliefd en gerespecteerd is onder golfers uit binnen- en buitenland.

De Domburgsche is de enige authentieke linksbaan in Nederland. De veelgebruikte definitie om een linksbaan te beschrijven omvat: De baan dient aan een estuarium gelegen te zijn, de zee moet regelmatig zichtbaar zijn vanaf de baan, weinig bomen op de baan, veel bunkers en de holes moeten van en naar het clubhuis lopen (zoals bijvoorbeeld op St. Andrews, met 9 out en 9 in). De Domburgsche heeft 5 out en 4 in!

Bron - [www.domburgschegolfclub.nl](http://www.domburgschegolfclub.nl)

## Famous golf tournaments

Wereldwijd zijn er talloze prestigieuze golftoernooien, waarbij de absolute top wordt gevormd door de "majors" en een select aantal internationale evenementen die jaarlijks de aandacht van miljoenen fans trekken. De beroemdste vier toernooien zijn de Majors:

### 1. The Masters Tournament

Het Masters-toernooi wordt sinds 1934 jaarlijks gespeeld op Augusta National Golf Club in Georgia, VS. Bekend om haar iconische groene jas voor de winnaar, de bloemenpracht en tradities als de Champions Dinner is The Masters een symbool van exclusiviteit en traditie. Het veld is relatief klein en bestaat uit de beste spelers ter wereld, uitgenodigd op basis van prestaties en status. Het vindt elk jaar in april plaats en is de opener van de major-cyclus.

### 2. The Open Championship (British Open)

Het oudste golftoernooi ter wereld: de eerste editie dateert uit 1860. The Open wordt gespeeld op klassieke linksbanen in het Verenigd Koninkrijk, waaronder St. Andrews, Royal Birkdale en Royal Liverpool. Kenmerkend is de uitdagende natuur: harde wind, glooiende fairways en onvoorspelbare omstandigheden maken The Open tot een ware test van het vakmanschap. Deze major vindt doorgaans in juli plaats en kent een lange geschiedenis van iconische winnaars.

### 3. U.S. Open

De U.S. Open, gestart in 1895, draait om pure golfuitdaging. De United States Golf Association (USGA) kiest stevige en veeleisende banen verspreid over heel Amerika, waar smallere fairways, diepe rough en snelle greens regeren. Bekend als het "meest eerlijke toernooi" vanwege het gelijke speelveld, wordt de U.S. Open jaarlijks in juni gehouden en sluit de finaleronde traditiegetrouw af op Vaderdag.

### 4. PGA Championship

Sinds 1916 is het PGA Championship de laatste van de jaarlijkse majors, momenteel gespeeld in mei op wisselende topbanen door de Verenigde Staten. Wat het toernooi bijzonder maakt, is het sterke en brede deelnemersveld: alleen de beste professionals mogen aantreden. Het kampioenschap heeft regelmatig voor verrassingen gezorgd en levert veel rankingpunten op.

### Internationale team- en individuele toernooien:

Naast de majors zijn er iconische teamwedstrijden als de Ryder Cup (VS tegen Europa, één keer per twee jaar) en de Presidents Cup (VS tegen het beste uit de rest van de wereld). Verder zijn er lucratieve en invloedrijke toernooien als The Players Championship (ook wel "de vijfde major" genoemd), de DP World Tour Championship in Dubai, de BMW PGA Championship op Wentworth en de recente LIV Golf League Championship.



## HAAK BLOKHUTTEN



- Blokhutten
- Buitenverblijven
- Vuren en Douglas
- Schuttingen

Volledig assortiment van:

- Woodvision
- Hillhout
- Outdoor Life
- Tuindeco

[www.haakblokhutten.nl](http://www.haakblokhutten.nl)

## INSTALLATIEBEDRIJF SPRUIJT MIDDELBURG

cv-installatie & onderhoud . koop & huur cv-toestellen  
dakbedekking & zinkwerk . zonne-energie  
sanitair & badkamers . gas & water  
Woning verbouwing / renovatie

Mob. 06 53 18 03 33  
Elektraweg 32, 4338 PK  
info@installatiebedrijfsprijt.nl  
www.installatiebedrijfsprijt.nl

Martin Spruijt

BOUW VEILIG WOON VEILIG!

# DETEC

BEVEILIGING

Detec adviseert u  
graag over de  
beveiliging van  
uw woning of  
bedrijfspand.

[www.deteczeeland.nl](http://www.deteczeeland.nl) • 0118-651750

Door het volgen van één of meerdere trainingen kunt u én uw organisatie alleen maar sterker worden en naar de eigen medewerkers of (toekomstige) leden een betere uitstraling geven.

Vraag vrijblijvend naar de mogelijkheden bij:



## ALBATROS

Training, Advies & Ondersteuning

Postbus 47 • 4400 AA Yerseke • Tel. 0113 - 576901 • Fax 0113 - 576903  
Mobiel 06 - 512 46475 • [www.alba-tao.nl](http://www.alba-tao.nl) • [info@alba-tao.nl](mailto:info@alba-tao.nl)  
Bezoekadres: Jolstraat 7 te Yerseke, na telefonische afspraak.

### "Voor al uw klussen in - en rondom huis"

Betonreparatie • Impregneren • Schilderwerk  
Vloer leggen • Injecteren van optrekkend vocht  
Kelder afdichting • Kunststofvloeren



0682362806  
[info@klusbedrijfalexene.nl](mailto:info@klusbedrijfalexene.nl)  
[www.klusbedrijfalexene.nl](http://www.klusbedrijfalexene.nl)  
Volg ons:  



### ZEE-ETERIJ - VISCOUNTER

## De Viskêete

JACHTHAVEN - YERSEKE

De afhaalbalie is het hele jaar door dagelijks geopend tot 19.00 uur!

Wij staan dagelijks voor u klaar

## PIET van OOST B.V.

Leverancier van Mosselen, Oesters, Vis & Visproducten,  
Zeekeel, Lamsoor en Mosselgroenten  
aan groothandel, horeca en instellingen

Havendijk 36 • Yerseke • Tel. +31(0)113-573426 • Fax +31(0)113-57333  
[WWW.PIETVANOOST.NL](http://WWW.PIETVANOOST.NL)



Kijk voor een overzicht van onze  
belaande rijklijk gevulde, vis-,  
vlees- en gourmetshots op onze  
website [www.pietvanoost.nl](http://www.pietvanoost.nl)



## RUMA

STEIGERBOUW

0641321237 [www.rumasteigerbouw.nl](http://www.rumasteigerbouw.nl)

Mijn moeder had maar  
drie maanden ALS

## Doneer nu



# LET'S BUILD YOUR TEAM

## 4UGROUP



[WWW.4UGROUP.NL](http://WWW.4UGROUP.NL)

GOES | ROTTERDAM | BERGEN OP ZOOM



## Golfbaan Catharinenburg

📍 Bouwdijk 9, 3248 LA Melissant

☎ 0187601188 🌐 [www.catharinenburg.nl](http://www.catharinenburg.nl)



## Golfbaan Catharinenburg

**Op Goeree-Overflakkee vindt U Golfbaan Catharinenburg welke gelegen is in de prachtige polder Roxenisse. Dit gebied biedt een schat aan natuur, wateractiviteiten en een oase van stilte en rust.**

Catharinenburg biedt diverse faciliteiten voor golf liefhebbers. Het omvat een 18 holes par 72 baan en een 18 holes PAR 3 baan en een les- en oefengedeelte met een ruime drivingrange, putting green, chip- en pichtveld, en zand en grasbunkers.

Ook biedt Catharinenburg volop ruimte voor verschillende evenementen, zoals een bedrijfsuitje in de vorm van een golfclinic. Dit kan worden gecombineerd met een uitstekende lunch, high tea, buffet of diner in ons restaurant.

Er zijn talloze mogelijkheden om van jouw evenement een perfecte gelegenheid te maken, of het nu gaat om een familiebijeenkomst, uitje met collega's of vrienden, een productpresentatie, een jubileum, een verjaardag of gewoon voor de gezelligheid.

Bron - [www.catharinenburg.nl](http://www.catharinenburg.nl)



## Fysieke training voor golfers

Golf lijkt misschien een sport waarbij alleen techniek en precisie tellen, maar fysieke training vormt een belangrijk fundament voor succes en plezier op de baan. Het moderne golfspel vraagt om een goede lichamelijke basis, omdat kracht, mobiliteit en stabiliteit allesbepalend zijn voor je swing, lengte, blessurepreventie en algehele spelplezier.

### Kernspieren en houding

Een sterke core (buik-, rug- en heupspieren) is essentieel voor elke golfer. Deze spieren zorgen voor stabiliteit tijdens de swing en beschermen je onderrug tegen overbelasting. Regelmatige oefeningen zoals planken, bridges en Russian twists bouwen een krachtig fundament én voorkomen blessures.

### Mobiliteit en flexibiliteit

Golfers gebruiken een grote bewegingsuitslag in schouders, heupen en wervelkolom. Oefeningen die de mobiliteit in de heupen, schouders en rug vergroten zorgen ervoor dat je vloeiend kunt draaien en meer kracht uit je swing haalt. Dynamische stretches, rotatie-oefeningen en yoga zijn zeer waardevol. Denk aan de "cat-cow" stretch, squats met rotatie, en zachte rekking van de borstspieren.

### Krachttraining

Kracht in de benen en bovenlichaam vertaalt zich direct naar meer afstand en controle over je slagen. Functionele krachttraining - bijvoorbeeld lunges, squats, deadlifts, push-ups en pull-downs - draagt bij aan explosiviteit en stabiliteit. Let er op dat de uitvoering technisch goed is: kwaliteit boven kwantiteit.

### Balans en coördinatie

Balans is in golf essentieel, want een goede swing vraagt om een stabiele basis. Oefen regelmatig met balansoefeningen zoals staan op één been, werken met een balanskussen of het uitvoeren van lunges op een instabiele ondergrond. Coördinatie kan verbeterd worden met simpele oefeningen als touwtjespringen of medicine-ball throws.

### Uithoudingsvermogen

Een volledige ronde golfen duurt vaak meerdere uren. Conditie, zoals joggen, fietsen of stevig wandelen, zorgt ervoor dat je fit blijft tot de laatste hole en scherp kan blijven presteren. Intervaltraining en circuit-workouts verhogen je algemene uithoudingsvermogen.

### Blessurepreventie en herstel

Denk aan een goede warming-up en cooling-down. Dit voorkomt spierversrekking en blessures. Besteed aandacht aan rekken vóór en ná het golfen, en werk aan mobiliteit in de polsen, schouders en enkels.

### Persoonlijk schema

Iedere golfer is anders. Het maken van een eigen schema, eventueel met advies van een (golf)fysiotherapeut of personal trainer, zorgt voor het meeste resultaat. Combineer reguliere krachttraining met golf-specifieke oefeningen en monitor je progressie.

Kortom: wie fysiek traint, haalt meer uit zijn golfspel. Je swing wordt krachtiger, blessurerisico's nemen af, en je beleeft meer plezier aan een ronde op de baan. Start vandaag nog met een eenvoudige trainingsroutine en ervaar het verschil op de green!



## Van Inspiratie tot realisatie

Bij Tegeltoppers gaan design en vakmanschap hand in hand.

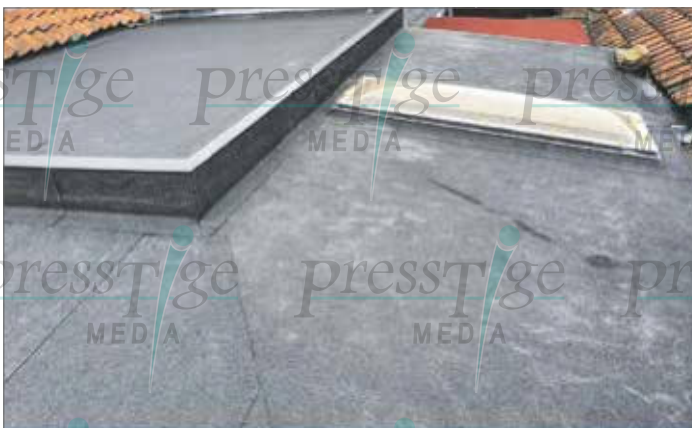


**Tegel  
toppers**

Als groothandel en installatiebedrijf bieden wij een exclusief assortiment hoogwaardige vloer- en wandtegels. Van luxe marmerlook tot tijdloze betonpatronen, onze tegels zijn gekenmerkt door stijl en kwaliteit. De ervaren tegelzetter en installateurs verzorgen complete renovaties van badkamers, keukens en alle andere tegelwerken. Met oog voor detail een strakke afwerking.

Kuipersweg 17  
4338 PH MIDDELBURG

[www.tegeltoppers.com](http://www.tegeltoppers.com)  
[Sales@tegeltoppers.com](mailto:Sales@tegeltoppers.com)  
+316 15 49 17 15



Al sinds 2014 zijn wij een klein dakbedekkers bedrijf en gespecialiseerd in het verwerken van bitumineuze dakbedekking. Dit doen wij onder andere voor particulieren, verenigingen van eigenaren en diversen gemeente instellingen.

Noordelijke Achterweg 11  
4424 EC Wemeldinge

Albert Plasmanweg 13-15  
4462 GC Goes

06 - 55 18 74 39  
[borndaktechniek@outlook.com](mailto:borndaktechniek@outlook.com)



CHEF

**Alex**

Catering op Maat

## Catering op Maat

[info@chefalex.nl](mailto:info@chefalex.nl)

[www.chefalex.nl](http://www.chefalex.nl)



# Tips voor een betere swing

Of je nu net begint met golfen of al langer bezig bent: de swing is hét fundament van een goed golfspel. Een perfecte swing zorgt niet alleen voor verdere slagen, maar ook voor meer precisie en vooral golfplezier. Hieronder volgen uitgebreide praktische tips en inzichten waarmee je jouw swing naar een hoger niveau tilt.

## 1. Begin bij de basis: grip en houding

Een goede golf swing begint met de juiste grip. Houd de club stevig maar niet te krampachtig vast – denk aan de kracht waarmee je een vogel vasthoudt: stevig genoeg zodat hij niet wegvliegt, zacht genoeg dat je hem niet beschadigt. De V-jes tussen duim en wijsvinger moeten bij een neutrale grip wijzen tussen je rechterschouder en kin.

Let vervolgens op je houding:

- Zet je voeten op schouderbreedte.
- Verdeel je gewicht gelijk op beide voeten aan het begin.
- Buig lichtjes door de knieën en houd je rug recht, met de heupen licht gekanteld.
- Laat je armen ontspannen naar beneden hangen.

## 2. Opstelling en uitlijning

Plaats de bal op de juiste positie in je stance; bij ijzers in het midden, bij een driver meer naar de binnenkant van je voorste voet. Zorg ervoor dat je schouders, heupen en voeten evenwijdig zijn aan de doellijn. Goede uitlijning vermindert scheve ballen en legt de basis voor een consistente swing.

## 3. Back swing: de juiste weg omhoog

De back swing is waar velen te snel of te ver gaan. Rustig en gecontroleerd is het devies:

- Draai je schouders weg van het doel en laat je heupen meedraaien; de club komt vanzelf omhoog.
- Houd je linkerarm (voor rechtshandigen) zoveel mogelijk gestrekt tijdens het optillen.
- Het gewicht mag langzaam naar je achterste been verschuiven.
- Bovenaan de back swing wijst de club parallel aan de grond en ongeveer richting het doel.

## 4. Overgang en downswing

De overgang van back swing naar downswing is voor veel golfers het moeilijkst. De sleutel: laat je lichaam de downswing inzetten, niet je handen of armen.

- Begin de downswing door de heupen richting het doel te draaien.
- Laat je armen volgen. De club komt als het ware vanzelf 'van binnen naar buiten' langs je lichaam naar de bal.
- Zorg dat je polsen pas vlak voor impact ontkoppelen ('lag' behouden). Dit levert extra kracht op.

## 5. Impact: het moment van de waarheid

Bij impact wil je dat de club het laagste punt van de swing bij of net ná de bal bereikt. Hiernaast:

- Houd je hoofd achter de bal.
- Verplaats je gewicht naar je voorste voet.
- Je heupen wijzen dan al iets richting het doel, je borst nog ongeveer naar de bal – zo ontstaat de krachtige 'X-factor' waar veel lange hitters beroemd om zijn.

## 6. Doorzwaai en finish

Een goede swing stopt niet bij impact. De doorzwaai en finish zijn cruciaal voor richting en snelheid.

- Draai je schouders en heupen door tot je borst naar het doel wijst.
- Til je achterste hiel van de grond.
- Laat je handen hoog eindigen; ontspannen, in balans en gericht naar het doel.
- Houd dit even vast (de "pose"), zo train je balans en controle.

## 7. Veelgemaakte fouten en hoe je ze voorkomt

- *Te veel kracht*: Focus op soepelheid, niet op kracht. Te hard slaan leidt tot verlies van controle.
- *Te snel swingen*: Rustig tempo zorgt voor betere coördinatie.
- *Niet uitlijnen*: Gebruik hulplijnen of sticks bij het trainen.
- *Armen te veel trekken*: Gebruik je hele lichaam, niet alleen je armen. Voel de beweging van heupen en schouders.

## 8. Oefeningen en drills voor thuis of op de range

- *Slow-motion swings*: Sla bewust langzaam, let op alle details.
- *Tee omhoog drill*: Probeer bij elke slag de tee in de grond te laten staan (bij ijzers), zo raak je eerst de bal.
- *One-leg drill*: Sla eens met het gewicht vrijwel volledig op je voorste been voor betere balans.

Handdoek onder oksels: Houd een opgerolde handdoek onder beide oksels tijdens je swing voor connectie tussen armen en lichaam.

## 9. Videoanalyse

Laat je swing filmen en vergelijk met goede professionals. Kijk naar gecoördineerde bewegingen, houding en ritme. Zelfanalyse, liefst in combinatie met een golfpro, levert waardevolle feedback op.

## 10. Professionele begeleiding

Een golfprofessional kan je helpen om kleine foutjes op te sporen en te corrigeren. Kies een pro met wie je goed klikt en investeer regelmatig in lessen.

## 11. Fysiek en mentaal

Een betere swing vraagt naast techniek ook om conditionering en ontspanning. Een soepele rug, sterke core en losse schouders maken je swing krachtiger en blessurevrij. Mentaal: laat fouten niet langere tijd je spel verstoren. Focus op de volgende swing, niet op de vorige.

## 12. Consistentie is alles

Oefen vaak, maar met kwaliteit. Wissel de driving range af met baanervaring, varieer clubs, en wees niet bang om af en toe terug te keren naar de basis. Juist herhalen van de juiste beweging is de weg naar progressie.

Zet kleine stappen, vraag hulp waar nodig, en geniet vooral van het proces. Golf is en blijft een sport waar iedere slag weer nieuw is – en daardoor uniek plezier geeft.



# REWINDOW

Rerindow voor reparatie en  
onderhoud aan kunststof,  
aluminium kozijnen en deuren.

Ook reparatie en onderhoud  
aan hang- en sluitwerk

085-2080970  
[www.rerindow.nl](http://www.rerindow.nl)



## De meest persoonlijke dementiezorg wanneer thuiswonen niet meer gaat.

Martha Flora Goes biedt mensen met dementie een warm thuis. Een thuis waar eigen regie, echte aandacht en vooral leefplezier centraal staan. Wij zetten meer zorgprofessionals in, zodat wij onze bewoners echt de zorg en aandacht kunnen geven die zij verdienen.

Bij ons woont u in een ruime studio met badkamer en pantry, die u naar eigen smaak kunt inrichten. Tevens hebben alle bewoners de beschikking over de unieke en zeer royale gemeenschappelijke ruimte: de Meander. Met een huiskamer, tuinkamer, eetkeuken, atelier en bibliotheek. Bij Martha Flora kunt u het leven dat u gewend bent zoveel mogelijk voortzetten, rekening houdend met de dementie.

U bent van harte welkom voor een rondleiding bij Martha Flora Goes aan de Westwal 83. Zo kunt u zelf ons unieke concept ervaren. Voor meer informatie neemt u contact met onze locatiemanager via 0113 290020 of ga naar [www.marthaflora.nl](http://www.marthaflora.nl)

**MARTHA FLORA**  
De meest persoonlijke dementiezorg

# green dot design

interieurontwerp

everything starts from a dot



green dot design - stationsplein 21 - 4461 hp - goes - [www.greendotdesign.nl](http://www.greendotdesign.nl)



## Ronald McDonald Kinderfonds Nederland

Keeping families close™

[www.kinderfonds.nl](http://www.kinderfonds.nl)



# Een ronde over een bepaalde baan voorbereiden

**Een ronde golf voorbereiden is een proces waarbij elk detail aandacht verdient om optimaal te kunnen presteren en ontspannen te genieten. Het begint allemaal al dagen of zelfs weken van tevoren: de keuze van de baan, het vastleggen van een starttijd, het bepalen van de samenstelling van je flight en het checken van het weer. Een goede voorbereiding start met een heldere planning. Weet op tijd waar je gaat spelen, wie je meeneemt en wat het doel van je ronde is, of je nu gaat trainen, voor plezier speelt of meedoet aan een wedstrijd.**

Zodra de planning rond is, verleg je je aandacht naar je materiaal. Het controleren van je golfclubs is essentieel; inspecteer de grips, het clubhoofd en zorg dat alle stokken schoon zijn. Kijk kritisch naar de clubs die je meeneemt – passen deze bij de baan en jouw spelniveau? Je schoenen moeten comfortabel zitten en voorzien zijn van de juiste spikes, zeker als het nat is. Daarnaast is het wijs om minimaal één handschoen in je tas te hebben, liefst ingespeeld en een reserve indien mogelijk. Je materiaal is niet compleet zonder een goedgevulde voorraad golfballen en tees. Houd rekening met het terrein: op een bosrijke baan of als beginner verlies je wellicht meer ballen dan op een open, overzichtelijke baan of met een lagere handicap. Neem daarom altijd voldoende ballen en diverse soorten tees mee, zodat je met elk type club en op elke afslagplaats goed uit de voeten kunt.

Het voorbereiden van je uitrusting houdt ook in dat je aan praktische zaken denkt. Zorg voor een pitchfork, een marker en eventueel een balpen of potlood om je score in te vullen. Vergeet je handdoek niet – zowel voor je materiaal als om je handen droog te houden. Denk bij regen aan een goede paraplu en regenhoes voor je tas, en als je gevoelig bent voor kou of zon aan muts, zonneklep, zonnebrand en vochtinbrengende crème. Op zomerse dagen is het meenemen van voldoende water en een snack, zoals een banaan of energiereep,

aan te raden. In de winter of als je lang speelt, kan thermokleding of een extra trui zorgen voor veel comfort. Golfen is bij uitstek een buitenactiviteit; een slimme golfer is dan ook voorbereid op elk denkbaar scenario.

Naast fysieke voorbereiding vraagt een golfdag eveneens om mentale afstemming. Visualiseer alvast je ronde: zie jezelf op de tee staan, de juiste balvluchten slaan en kalm reageren op tegenslagen. Verdiep je waar mogelijk in de baan, bekijk de scorekaart vooraf en bestudeer de layout online of via een app. Let daarbij op doglegs, waterpartijen en strategische bunkers, zodat je tijdens het spelen sneller keuzes kunt maken. Stel jezelf realistische doelen: focus niet per se op een topscore, maar op aandachtspunten zoals course management, rust bewaren of consistentie in je routine. Geef jezelf ruimte om fouten te maken en onthoud dat elke baan en elke ronde uniek is.

Vóór vertrek is het verstandig de route en verkeersdrukte te checken om stress of te laat komen te voorkomen. Plan je reis ruim, zodat je ook daadwerkelijk ontspannen ter plaatse arriveert. Eenmaal aangekomen meld je je bij de receptie of caddiemaster, betaals je greenfee indien van toepassing en neem je rustig de tijd om je om te kleden. Dit is het moment om over te schakelen naar jouw spelmodus.

Een uitgebreide warming-up maakt het lichaam klaar voor de bewegingen die je straks gaat maken. Begin met rekken en strekken van schouders, rug en benen; doe wat lichte rotaties en wend jouw aandacht vervolgens tot de drivingrange. Oefen verschillende slagen met ijzers, hybride, en tenslotte de driver. Werk gefocust, probeer niet direct om maximaal ver te slaan maar concentreer je op ritme, tempo en contact. Zo voorkom je blessures en bereid je jouw lichaam voor op een soepele start van de ronde.

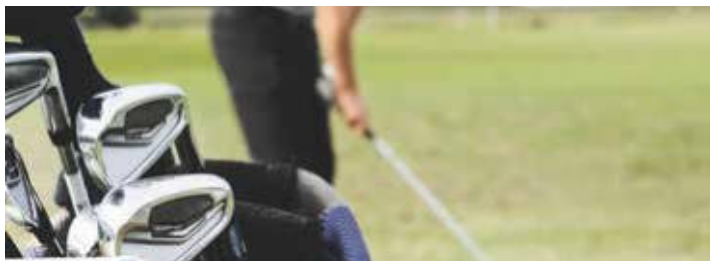
Het oefenen op de puttinggreen en chipping area mag niet vergeten worden. Hier wordt vaak het verschil gemaakt tussen een goede en een frustrerende score. Focus je op je routine; speel wat korte en middel-lange puts, oefen het lezen van greens en werk aan je concentratie. Simuleer reële situaties, bijvoorbeeld door een serie ballen vanuit verschillende hoeken naar de hole te spelen. Na deze warming-up let je erop dat je weer tot rust komt.

Vlak voor je naar de eerste tee gaat, neem je je uitrusting nog één keer door: klopt alles, zijn je ballen, tees en markers binnen handbereik, heb je de juiste kleding aan? Check je telefoon op stilte of leg hem weg zodat je niet wordt afgeleid. Wens je flightgenoten een fijne ronde, doe eventueel een gezamenlijke stretch of motiverend praatje, en onthoud dat een portie enthousiasme elke golfer goed doet.

Tijdens de ronde is adaptief vermogen belangrijk: het weer kan omslaan, het spel valt soms tegen of je flight ligt niet op schema. Flexibiliteit en kalmte zorgen dat je positief blijft, bovendien helpt een goede voorbereiding om piekmomenten en teleurstellingen makkelijker op te vangen. Drink regelmatig, eet kleine snacks, en houd je energie op peil zonder daarin overgedreven te zijn.

Na afloop van de ronde – of je nu geweldig of matig hebt gespeeld – volgt de afronding. Lever je scorekaart in als de baan daar om vraagt, bedank je flightgenoten, geef feedback aan jezelf over wat goed ging en leer van zaken die beter konden. Berg je spullen weer netjes op, reinig clubs en schoenen zodat ze de volgende keer meteen klaar zijn, en gun jezelf ontspanning, bijvoorbeeld op het terras van het clubhuis. Zo sluit je met voldoening af en is je voorbereiding op een volgende ronde alweer begonnen aan het eind van deze. Een goede voorbereiding is het halve werk en maakt golf niet alleen efficiënter, maar vooral leuker en ontspannender.





## Golftoernooien

Er zijn een aantal golftoernooien in Nederland, België en Duitsland in december 2025, januari en februari 2026. Hieronder korte omschrijving, voor actuele data kijk op de website van de club.

- **Winterwedstrijd Bentwoud** – Nederlandse winterwedstrijd op Bentwoud, open inschrijving.
- **3 Seizoenen Tour Prise d'Eau** – Regionaal toernooi in Tilburg, voor alle niveaus.
- **Westwoud Winter Cup** – Kleinschalig open wintertoernooi in Noord-Holland.
- **Golfdag Het Rijk van Nunspeet** – Begin januari, gezellige start van het golfjaar.
- **SingleGolfers Oud & Nieuw El Rompido** – Internationale golfreis met toernooien rond de jaarwisseling in Spanje.
- **Oudjaarswedstrijd Wilnis** – Traditioneel eindejaarsgolftoernooi bij Wilnis Golf.
- **Kempense Golf Winter Challenge** – Gezellige winterwedstrijd op de Kempense Golfclub in België.
- **Seniorenwedstrijd Spiegelven** – Interclub-toernooi voor senioren in België.
- **Duogolf Winter Cup** – Team toernooi voor duo's op Nederlandse banen.
- **Golfdag Bergvliet** – Winterwedstrijd met open inschrijving in Brabant.
- **Men's Day Eclectic Finale** – Finale winterwedstrijd bij Kempense Golf België.
- **Captain's Prize Limburg** – Regionale winterwedstrijd op Limburgse banen.
- **Golfclub Borghees Wintertour** – Duits open wintertoernooi net over de grens.
- **Matchplay Winter Series** – Serie regionale matchplaytoernooien, Duitsland/Nederland.
- **Golfen en Stampot Geijsteren** – Toernooi met stampotdiner na afloop op Golfclub Geijsteren.
- **Winter Eclectic Cross Country** – Cross Country golftoernooi op diverse Nederlandse greens.
- **Golf & Malt Winter** – Gezelligheidswedstrijd met maltproeverij bij Kempense Golf België.
- **Senioren Finale Maandbeker** – Winterkampioenschap voor senioren Kempense Golf.
- **Golfdag Welschap Eindhoven** – Traditionele winterwedstrijd in december.
- **Nieuwjaarswedstrijd GC Amsteldijk** – Jaaropening toernooi voor leden en gasten.
- **Golfclub Borghees Polar Cup** – Winternight golftoernooi in Duitsland.
- **Crossborder Winterwedstrijd** – Toernooi op grensbanen Nederland/Duitsland.

Deze wedstrijden variëren van recreatief tot regionaal en bieden golfers in alle categorieën een kans om actief te blijven in de wintermaanden, vaak met een sociaal of culinair tintje. Voor actuele inschrijving en data raadpleeg altijd de websites van clubs en de NGF.

### De Goese Golf

📍 Krukweg 31, 4465 BH Goes

☎ 0113229557 🌐 [www.goesegolf.nl](http://www.goesegolf.nl)



## De Goese Golf

Welkom bij De Goese Golf, een prachtige 18-holes wedstrijd baan die zich uitstrekt over een parkachtig landschap met schitterende vergezichten op het Zeeuwse landschap. De baan is ontworpen met diepgroene, ruime fairways en opvallende kreek- en waterpartijen die nadrukkelijk in de baan zijn gesitueerd. Op de baan vindt u statige knotwilgen, weide- en watervogels en andere typische flora en fauna van Zuid-Beveland.

De Goese Golf is ontstaan uit landbouwgrond waar tot eind jaren '80 gewassen zoals aardappelen, uien, suikerbieten en luzerne werden verbouwd. Tegenwoordig is het een van de mooiste golfbanen van de provincie en ver daarbuiten. Vanaf de gele tees is de Championship Course meer dan 6100 meter lang en behoort daarmee tot de langste banen van Nederland. Het water dat vanuit de Oosterschelde de golfbaan in stroomt is op meer dan 10 holes een belangrijk element van het spel.

De baan heeft een klassieke lay-out met 9 holes in het midden en daar omheen nog eens 9 holes. Het is ontworpen door de gerenommeerde golfbaanarchitecten Donald Steel en Hans Hertzberger. Het resultaat is een overzichtelijke, maar toch uitdagende baan met een lengte van 6.269 meter en een Par 72.

De fraai geonduleerde greens zijn zeer ruim en worden op alle 18 holes vergezeld van één of meerdere strategisch geplaatste greenbunkers. Het is een uitdagende baan waar elke golfer zijn of haar vaardigheden kan testen en verbeteren. Als u op zoek bent naar een geweldige golfervaring, dan bent u bij De Goese Golf aan het juiste adres.

### Eten en drinken

Van voedzame salades tot verse oesters en Oosterschelde kreeft - iedereen is van harte uitgenodigd om bij ons te smullen van authentieke Zeeuwse lekkernijen. Ons etablissement en terras, met een schitterend panorama, vormen de perfecte locatie voor een zakelijke lunch, een ontspannen diner met een verfijnde wijn, of een verrukkelijke zomercocktail.

### Golfacademy

Wil jij ook de golfsport onder de knie krijgen bij De Goese Golf? Wij bieden diverse toegankelijke pakketten om je te helpen de golfsport te beheersen. De instructies worden verzorgd door deskundige PGA-golfprofessionals die een enorme liefde hebben voor golf, zowel voor beginnende als ervaren spelers.

Bron - [www.goesegolf.nl](http://www.goesegolf.nl) - Afbeelding: Unsplash





# UW PERSOONLIJKE KEUKEN

Bij SSK Keukenstudio

- ✓ Unieke eigen service
- ✓ Uitstekende garantie
- ✓ Eigen montageafdeling
- ✓ Fotorealistisch ontwerp
- ✓ Alles in één hand!
- ✓ Uitsluitend topkwaliteit
- ✓ Nederlands fabricaat
- ✓ Persoonlijk advies
- ✓ Korte lijnen



SSK-KEUKENSTUDIO.NL

**SSK Keukenstudio**  
Kloosterweg 6  
4421 PV Kapelle

Industrieterrein  
'De Smokkelhoek'  
0113 - 33 00 04



**keller**



**KAPTEIN**  
BETONBORINGEN



## WAAROM KAPTEIN BETONBORINGEN?

Wij staan voor snelheid, betrouwbaarheid en vakmanschap. Of het nu gaat om kleine of grote projecten, wij leveren altijd precisie en kwaliteit. Kies voor ervaring, kies voor Kaptein!

## SPECIALISME

- Betonboren (nauwkeurig en stofvrij)
- Betonzagen (muur-, vloer- en deurdoorbraken)
- Slijpen & frezen (voor leidingen en ventilatie)
- Sloopwerk (efficiënt en gecontroleerd)
- Ankers & verankeringen (sterk en duurzaam)
- Snelle service (flexibel en betrouwbaar)

[www.kapteinbetonboringen.nl](http://www.kapteinbetonboringen.nl)

SFEERMAKERS  
VAN DE BETERE  
KWALITEITSMERKEN

**STEVENS**  
**INTERIEUR.NL**







## Geef jouw interieur sfeer met *raamdecoratie van Thuisin*

Het is heel eenvoudig: raamdecoratie brengt ontzettend veel sfeer in jouw interieur! Bij Thuisin bieden we een breed scala aan raamdecoratie, variërend van elegante duettes en praktische rolgordijnen tot stijlvolle multishades en charmante houten jaloezieën. Zo garanderen we jou dat je bij ons raamdecoratie vindt die bij jouw interieur en woonstijl past.

Dus waar wacht je nog op? Kom gezellig langs in onze winkel en vind de raamdecoratie die jouw interieur een extra dosis sfeer en stijl geeft!

**thuisin**  
mooi wonen  
**Blankenburgh**

**Thuisin Blankenburgh** Mortiereboulevard 34 Middelburg (0118) 417929 [www.thuisin.nl](http://www.thuisin.nl)