



KURSPLAN 2026

Högre Tränarutbildningen



PGA of SWEDEN
GOLF - YOUR GAME - OUR PASSION



Innehållsförteckning

- 4 Inledning och bakgrund
- 4 Utbildningens mål
- 5 Programarkitektur och progression
- 5 *Nivådefinitioner*
- 6 *Juniorperspektiv – tvärgående*
- 6 *Målgrupper för tränarens praktik*
- 7 Huvudområden och ämneskatalog
- 7 *Spelet & Spelarutveckling*
- 7 Golfteknik – Sving
- 8 Närspel & Puttning
- 8 Anatomi & fysiologi
- 9 Golfens Träningslära och Träningsplanering
- 9 Golfens Regler

- 10** ***Coaching & Ledarskap***
- 10 Att möta och leda människor
- 10 Idrottspsykologi i praktiken
- 11** ***Affärsmannaskap & Management***
- 11 Affärsmodeller & ekonomi för tränare
- 11 Marknadsföring, varumärke & kommunikation
- 12 Eventdesign & genomförande
- 13** ***Organisation, Föreningskunskap & Anläggningen***
- 13 Föreningskunskap & styrning
- 13 Anläggningskunskap
- 14** **Årsplan, kursveckor och tidsomfattning**
- 15** **Examination, betyg och progression**
- 16** **Vidareutbildningar (VTU) och karriärspår**
- 17** **Kurschefskap – Ansvarsområden och genomförande**
- 17** **Mentorskap – Roll, urval och genomförande**
- 18** **Ämneslärare**
- 19** **Undervisningsformer och digitalisering**
- 19** **Behörighetskrav och antagning**
- 19** **Kvalitetssäkring och evidens**
- 20** **Organisation och ansvar**
- 20** **Polycys och riktlinjer**

Inledning och bakgrund

Denna kursplan utgår från strukturen i HTU kursplan 2018 och integrerar samtliga relevanta utvecklingspunkter från Projekt HTU 2021. Syftet är att säkerställa att HTU möter golfens och tränaryrkets behov idag och under kommande decennium. Kursplanen beskriver mål, innehåll, struktur, examinationsformer, behörighetskrav, kvalitetssäkring samt roller och ansvar.

Att utbilda Golf Professionals/golftränare är en process som tar tid. Vi skall utveckla och utbilda människor inom ett flertal relevanta områden. Den Golf Professional som examineras skall ha kvalifikationer som möter de behov och krav som den framtida arbetsmarknaden kräver. Personen skall även ha personliga egenskaper som möter det krav ett serviceyrke som att vara Golf Professional ställer.

Utbildningens mål

Målet med utbildningsprogrammet är att utbilda tränare som möter golfares, golfens, klubbarnas och anläggningarnas framtida behov av Pros som utbildningsexperten med idrottsligt ansvar som samtidigt är en golfens kulturbärare.

För att uppnå detta har följande kunskapsområden identifierats;

Spelet & Spelarutveckling, Coaching & Ledarskap, Affärsmannaskap & Management, Organisation och Föreningskunskap & Anläggningen.

Utbildningens mål och innehåll stämmer överens med mål uppsatta av SGF och PGA, där rådande visionsdokument är centrala, men även ur ett europeiskt perspektiv grundat på fri rörlig arbetskraft inom EU

- **Utbilda tränare** som kan leda och utveckla golfare på olika nivåer (barn/ ungdom, nybörjare, bredd, seniorer 55+, elit, golfare med funktionsnedsättning samt blivande golfare).
- **Möjliggöra** evidensbaserad, etiskt förankrad och inkluderande praktik med tydlig koppling till klubbens/anläggningens mål och vision.
- **Ge förmåga** att analysera, planera, genomföra och utvärdera tränings- och utvecklingsinsatser, samt att driva affärsmässig verksamhet i olika typer av organisationer.
- **Förankra** ett professionellt förhållningssätt med god kommunikation, ledarskap och affärsmannaskap.

Programarkitektur och progression

HTU omfattar cirka 3 år och ca 3400 timmar.

År 1–2 fokuserar på grundnivå (nivå 1–3).

Under år 3 väljer studenten två VTU-inriktningar för fördjupning (nivå 2–4).

Under utbildningstiden skall studenten även genomföra verksamhetsförlagd praktik.

Detta sker vanligtvis i studentens vanliga yrkessituation

Nivådefinitioner (för alla ämnen)

NIVÅ	DEFINITION
GRUNDNIVÅ	Nivå 1 - Fakta <i>Kännedom</i> ; kunna beskriva centrala begrepp och fakta.
	Nivå 2 - Förståelse <i>Förklara samband</i> ; sätta teorier i sammanhang.
	Nivå 3 - Färdighet <i>Tillämpa i praktik</i> ; planera, genomföra och justera.
Nivå 4 - Förtrogenhet <i>Reflektera, anpassa och utveckla</i> nya arbetssätt baserat på erfarenhet.	

Juniorperspektiv – tvärgående

Juniorperspektivet integreras i samtliga relevanta ämnen (teknik, fys, psykologi, utrustning, kommunikation, affärsmannaskap, organisation) och omfattar pedagogik, motorisk utveckling, progression, etik och trygg idrott. En särskilt utsedd ansvarig säkerställer att juniorperspektivet planeras, genomförs och följs upp, främst via ett långsiktigt Case.

Målgrupper för tränarens praktik

Utbildningsplanen tar avstamp i generella teoretiska delar för att sedan lyfta dessa till ett golfspecifikt perspektiv. Respektive ämne skall även kopplas ihop i ett större sammanhang. Detta görs genom en rad pedagogiska metoder där olika Case, diskussioner, problemformuleringar och uppgifter är några av metoderna. Här fyller ämneslärarna en mycket betydelsefull funktion. För att säkerställa ämneslärarnas förmåga att binda samman ämnen så genomförs regelbundet en ämneslärarkonferens.

Varje ämne kopplas sedan till ett antal definierade målgrupper golfare. I praktiken innebär det att varje ämne/område som går, problematiseras, diskuteras och tas upp i relation till respektive målgrupp golfare.

- Barn och ungdom
- Nybörjare
- Bredd, kvinnor och män
- Seniorer 55+
- Elit
- Golfare med funktionsnedsättning
- Ej ännu golfare



Huvudområden och ämneskatalog

Spelet & Spelarutveckling

Teknik, närspel, fys, träningslära och regelkunskap med praktisk förankring och mätbar utveckling.

Golfteknik – Sving

Nivå 1–3

Lärandemål:

- Beskriva bollflyktslagar och LPP (nivå 1).
- Förklara samband mellan kroppens rörelsemönster, utrustning och bollflykt (nivå 2).
- Planera och genomföra teknikinterventioner med mätutrustning (nivå 3).

Innehåll:

- Bollflyktslagar, LPP, mätmetoder (radar/HD-video, 3D).
- Rörelselära, biomekanikens grunder, individuella preferenser.
- Praktiska workshops med flera tränarröster (flera instruktörer).

Undervisningsformer:

- Praktiska pass, Case, auskultation hos mentor, reflekterande logg.

Examination och bedömning:

- Praktisk teknikbedömning (nivå 3).
- Skriftligt prov bollflyktslagar (nivå 1–2).

Närspel & Puttning

Nivå 1–3

Lärandemål:

- Känna till teknikprinciper för alla golfens grundslag (nivå 1).
- Förklara närspelets teknik/psykologi och anpassa övningar (nivå 2).
- Planera träningsupplägg för närspel för olika målgrupper (nivå 3).

Innehåll:

- Puttning (nivå 1–3), greenläsning, övningsdesign, mätning/feedback.

Undervisningsformer:

- Praktik, videoanalys, speltest, individuell feedback.

Examination och bedömning:

- Praktiskt prov i samband med Golfskola (nivå 3)
- Inlämningsuppgift övningsbank i samband med förberedleser inför Golfskola (nivå 2)

Anatomi & Fysiologi

Nivå 1–2

Lärandemål:

- Känna till grundläggande anatomi/fysiologi (nivå 1).
- Förklara kopplingen fys-teknik (nivå 2).
- Kunna genomföra en basal, golfspecifik, screening

Innehåll:

- Rörlighet, styrka, power, skadeprevention, åldersanpassning.

Undervisningsformer:

- Workshop, screening-demo, träningsplanering light.

Examination och bedömning:

- Skriftligt prov (nivå 1-2)
- Planeringsuppgift (nivå 2)

Golfens Träninglära & Träningsplanering

Nivå 1–2

Lärandemål:

- Känna till grunderna i Golfens Träninglära och Träningsplanering (nivå 1).
- Förstå kopplingen mellan generell träningslära, fysiologi och periodisering och Golfens träningslära (nivå 1).
- Kunna skapa och periodisera träningsupplägg över hela året.

Innehåll:

- Planering, periodisering, skadeprevention, åldersanpassning, verksamhetsutveckling.

Undervisningsformer:

- Workshop, gruppdiskussioner.

Examination och bedömning:

- Inlämningsuppgift (nivå 1).
- Skriftligt prov (nivå 2).

Golfens Regler

Nivå 1–2

Lärandemål:

- Känna till grundläggande regler motsvarande klubbdomar-nivå (nivå 2).
- Genomföra regelutbildningar/regelvandringar för juniorer och nybörjare på hemmaklubben (nivå 1).

Innehåll:

- Regelkunskap, spel- och tävlingskunskap.

Undervisningsformer:

- Seminarium, gruppdiskussioner.

Examination och bedömning:

- Skriftligt prov (nivå 2).

Coaching & Ledarskap

Tränarroll, kommunikation, ledarskap och idrottspsykologi i praktiskt fokus.

Att möta och leda människor

Nivå 1–3

Lärandemål:

- Känna till kommunikationens grunder (nivå 1).
- Förklara motivationsklimat och lärande (nivå 2).
- Genomföra lektionsledning och gruppcoaching (nivå 3).

Innehåll:

- Kommunikation, feedback, etik, inkluderande miljöer, trygg idrott.

Undervisningsformer:

- Rollspel, observation, mentorfeedback, reflektion.

Examination och bedömning:

- Praktisk lektionsbedömning (nivå 3).
- Reflektionslogg (nivå 2).

Idrottspsykologi i praktiken

Nivå 1–2

Lärandemål:

- Känna till centrala psykologiska färdigheter (nivå 1).
- Kunna planera enkla mentala strategier (nivå 2).

Innehåll:

- Mål, självreglering, fokus, återhämtning, matchning mot målgrupp.

Undervisningsformer:

- Seminarium, case, träningskort.

Examination och bedömning:

- Kort skriftligt prov (nivå 1)
- Planeringsuppgift (nivå 2)

Affärsmannaskap & Management

Utveckling av hållbar verksamhet och lönsamhet kopplat till tränarrollen.

Affärsmodeller & ekonomi för tränare

Nivå 1-2

Lärandemål:

- Känna till grundläggande ekonomi (nivå 1).
- Kunna ta fram enkel prissättning och kalkyl (nivå 2).

Innehåll:

- Intäktsströmmar, kostnader, prissättning, nyckeltal, lönsam lektionsdesign.

Undervisningsformer:

- Case, GIT/GIT Tävling-övning, mentorintervju om affärsmodeller.

Examination och bedömning:

- Affärsplan light (nivå 2)

Marknadsföring, varumärke & kommunikation

Nivå 1-2

Lärandemål:

- Känna till grunder i marknadsföring/sociala medier (nivå 1).
- Kunna skapa enkel marknadsplan och kampanj (nivå 2).

Innehåll:

- Målgruppsanalys, erbjudandedesign, kampanjplan, CRM/digitalisering.

Undervisningsformer:

- Workshop, praktiska inlägg, nyhetsbrev, CRM-demo.

Examination och bedömning:

- Praktiskt Case kopplat till marknadsplan och kampanjexempel (nivå 2)

Eventdesign & genomförande

Nivå 1–2

Lärandemål:

- Känna till eventprocessens grunder (nivå 1).
- Kunna planera och genomföra ett mindre event (nivå 2).

Innehåll:

- Mål, målgrupp, budget, logistik, risk, uppföljning; juniorläger/super camp.

Undervisningsformer:

- Projektarbete i grupp, praktiskt genomförande.

Examination och bedömning:

- Eventprojekt med utvärdering (Integrerat i Case 3)

Organisation, Föreningskunskap & Anläggningen

Tränarens roll i klubbens organisation och anläggningens helhet.

Föreningskunskap & styrning

Nivå 1–2

Lärandemål:

- Känna till roller och ansvar i hybridorganisationen (nivå 1).
- Förstå processer för verksamhets- och idrottsutveckling (nivå 2).

Innehåll:

- Styrelse, klubbchef, kommittéer; mål- och uppföljningsprocesser; Policies och trygg idrott.

Undervisningsformer:

- Seminarium, besök/auskultation, dokumentanalys.

Examination och bedömning:

- Tränarens uppdrag i verksamhetsplan (nivå 2)

Anläggningskunskap

Nivå 1

Lärandemål:

- Känna till grundläggande anläggningsdrift (nivå 1).

Innehåll:

- Range, bana, shop, kansli; säkerhet; samverkan med greenkeeping.

Undervisningsformer:

- Studiebesök, checklista.

Examination och bedömning:

- Inlämningsuppgifter godkänd/icke godkänd (nivå 1).

Årsplan, kursveckor och tidsomfattning

Utbildningen omfattar cirka 3400 timmar över 3 år, inklusive 16 gemensamma kursveckor fördelade på 12 skeden, med mellanliggande perioder för egenstudier, uppgifter och praktik. Uppstart rekommenderas v.15-16 för att säkerställa tre yrkesverksamma säsonger med mentor.

ÅR	SKEDE/ KURSVECKA	FOKUS	EXEMPEL LEVERABLER
1	v.16 (Uppstart)	Introduktion, säkerhet, lärandemål	Individuell utvecklingsplan (IUP)
1	Höst	Teknik grunder, närspel, ledarskap, junior	Case uppföljning Teknikprov
2	Vår/Höst	Affärsmannaskap, föreningslära, junior	Träningsläraprov Case uppföljning
3	Vår	Träningsplanering, golfresa	Prov i träningsplanering Omdömen golfskola
3	VTU Level 1 (x2)	Specialisering 1 (3+3 dagar)	
3 och framåt	VTU Level 2 och 3	Specialisering 2 och 3	

Examination, betyg och progression

Kunskapskontroller genomförs i olika former: skriftliga prov, inlämningsuppgifter, muntliga och praktiska redovisningar. Betygsskala: Icke godkänd (IG), Godkänd (G) och Väl godkänd (VG).

Betygskategorier (6 totalt):

- Spelet och Spelarutveckling (inklusive Case 1)
- Case 2 – Juniorutveckling verksamhet
- Coaching & Ledarskap
- Affärsmannaskap & Management (inklusive Case 3)
- Organisation, Föreningskunskap och Anläggningen

KRITERIUM	IG	G	VG
Måluppfyllelse	Uppfyller ej	Uppfyller	Överträffar med evidens/innovation
Tillämpning	Otillräcklig	Funktionell	Case uppföljning Teknikprov
Reflektion	Ytlig	Adekvata reflektioner	Djup analys och utvecklingsförslag

Slutbetyg: För G krävs godkänt i alla moment. För VG krävs VG i minst fyra av fem betygsgivande moment. Kompletteringar för G ska vara inlämnade senast ett år efter planerad examination.

Vidareutbildningar (VTU) och karriärspår

VTU:er är ~3 dagar och erbjuds i 1–2 tillfällen. De kan kombineras till karriärspår och leder på sikt till certifieringar. HTU-studenter väljer VTU:er under år 3. Även färdiga PGA Pro's kan läsa VTU:er.

VTU-OMRÅDE	INNEHÅLL (<i>exempel</i>)	FÖRKUNSKAPER	CERTIFIERINGS-VÄG
Avancerad Svingteknik	Fördjupad analys, preferenser, teknologier	HTU grund	VTU 1 - Level 3 VTU 2 - Level 4
Affärsmannaskap	Kalkyl, prissättning, CRM, e-handel	HTU grund	Business Certifiering VTU 1 och 2
Utrustning	Mätdata, bygg/justering, fittingprocess	HTU grund	Fitting Certifiering VTU 1 och 2
Coaching	Coachroll, caddie, övningsdesign	HTU grund	Coach Certifiering VTU 1 och 2

Kurschefskap

Ansvarsområden och genomförande

Kurschefskapet är en utbildningens katalysator. Kurschefen coachar, utmanar och stödjer såväl studenter, som mentorer och ämneslärare under hela utbildningen.

Kurschefen skall, i syfte att säkerställa Högre Tränarutbildningens uppnåendemål, göra följande:

- Leda och fördela mentorens arbete
- Förbereda, planera och samordna alla skeden, kursveckor och lektioner under utbildningen gemensamt med PGA:s utbildningschef efter aktuell kursplan.
- Säkerställa att alla skeden, kursveckor och lektioner genomförs enligt satt planering.
- Tillsammans med respektive mentor, för varje elev, följa upp eventuella kompletteringsuppgifter för olika ämneskurser och studieområden inom uppgjorda tidsramar.
- Tillsammans med mentorerna skriva omdömen för respektive elev.
- Årligen följa upp, utvärdera, analysera och sedan rapportera till PGA:s Utbildningschef.

Mentorskap

Roll, urval och genomförande

Mentoruppdraget är en av de viktigaste delarna på vår HTU. HTU är unik i sitt slag av utbildningar, genom att ha mentorer från yrkeslivet som aktivt coachar studenterna i yrkesrollen. Mentorerna har även en annan viktig funktion, att genom de nära personliga kontakter mentorerna bygger med studenterna, fånga upp och rapportera in till kursledningen eventuella brister, svagheter eller andra områden, så att vi på ett tidigt stadium kan skapa handlingsplaner som utvecklar studenten mot de utbildningsmål som är satta.

Mentorer är Professionals som kan inspirera, organisera, samarbeta och innehar dokumenterat stor golfkunskap. De kan coacha genom att utmana och stödja. Mentorn bör vara verksam som Club Professional och ha möjlighet att erbjuda studenterna insikter i de flesta delar inom verksamheten på en klubb/anläggning.

För att säkerställa mentorsuppdraget genomförs kontinuerligt en mentorsutbildning. I processen att utse mentorer så är en kravspecifikation framtagen där egenskaper och andra kvalifikationer är definierade. En uppdragsbeskrivning för mentorsuppdraget är även framtagen.

Mentorns uppgifter inkluderar:

- Planera auskultationsdagar och personlig utvecklingsplan tillsammans med eleven.
- Handleda i golfteknik och undervisning (individ och grupp).
- Vara bollplank i Case och Inlämningsuppgifter.
- Följa upp prestationer och ge återkoppling enligt struktur (feedbackkrav).
- Säkerställa praktisk erfarenhet i bana, shop, kansli enligt momentplan.

Ämneslärare

Ämneslärare på HTU väljs ut av PGA:s Utbildningschef i samråd med Kurschef och med stöd från PGA:s Utbildningskommitté.

Ämneslärare ska ha dokumenterad god kunskap inom respektive ämnesområde och ska:

- Planera och genomföra undervisning med de uttalade kunskapsmålen i fokus i enlighet med momentplanerna för HTU
- I samråd med kursledningen fastställa elevernas betyg i det aktuella ämnet.

Undervisningsformer och digitalisering

Kombination av fysiska träffar och digitala moment. Golfens historia och kultur genomförs som digitalt moment för att frigöra tid för praktisk undervisning. Distansmoment används där de stärker måluppfyllelse och effektivitet.

Behörighetskrav och antagning

Behörighetskrav TAU: HCP 7,0 eller bättre samt godkända gymnasiebetyg i Svenska 2 och Idrott & Hälsa.

Behörighetskrav HTU: Genomfört och godkänt TAU; HCP 5,0 eller bättre; på minst tre tävlingar resultat +7 eller bättre (senaste fyra åren). Individuella bedömningar kan göras vid dokumenterad tourexponering (third level tour eller högre).

Kvalitetssäkring och evidens

- Tydliga lärandemål per föreläsning och ämne (nivåmärkta).
- Årlig ämneslärarkonferens för samordning, progression och undvikande av överlapp.
- Systematisk kursutvärdering (student, mentor, lärare).
- Uppföljning av evidensbaserad praktik och källkritik.

Organisation och ansvar

SGF, som huvudman för golf i Sverige, och PGA, som yrkes- och ledarutbildningsorganisation inom golfen, har avtalat om ett gemensamt ansvar för Tränarassistent och Högre Golftränarutbildningen.

Ansvar för ledning, ekonomi och administration åvilar PGA genom PGA:s Utbildningschef med stöd från PGA:s utbildningskommitté. Utgångspunkt för arbetet är de fastställda utbildningsmålen.

PGA:s Utbildningschef ansvarar tillsammans med Kurschefen för planering, organisation, genomförande, uppföljning av utbildningen, antagning av elever samt utbildning av mentorer. Mentorer ansvarar för handledning enligt ovan.

Utbildningen genomförs i PGA:s Education & Performance Center på Barsebäck Golf & Resort. Verksamheten skall följa i samarbetsavtalet mellan SGF och PGA fastslagna principer samt mål- och verksamhetsinriktning för respektive organisation. Utbildningen skall svara mot kraven för "European Standard" enligt anvisningar från European PGA Alliance eller av PGAs vid tidpunkt gällande standard

Policys och riktlinjer

- Närvaro vid obligatoriska skeden.
- Godkända examinationer och inlämningsuppgifter enligt kursplan.
- Följa PGA:s policy för uppförande och klädkod.
- Kompletteringar ska vara inlämnade och godkända senast ett år efter planerad examination.



GOLF - YOUR GAME - OUR PASSION