



美国橡树谷高尔夫学院 (中国上海)

2010 暑期夏令营行程 第一期 (提高班)

第一天		7月5日 (星期一)	
时间	内容	地点	
9:00—11:00	开营式	上海学苑宾馆	
11:20—12:00	高尔夫技术训练	橡树谷学院	
12:00—14:00	午餐及休息	上海学苑宾馆	
14:00—16:30	9洞实战训练	东方高尔夫球场	
16:30—17:30	高尔夫技术训练	橡树谷学院	
17:30—18:00	场地及装备整理	橡树谷学院	
18:30—19:30	晚餐及洗漱	上海学苑宾馆	
19:30—21:00	晚间活动	上海学苑宾馆	
21:00后	熄灯就寝	上海学苑宾馆	

第二天		7月6日 (星期二)	
时间	内容	地点	
07:00—08:00	起床洗漱	上海学苑宾馆	
08:00—09:00	早餐	上海学苑宾馆	
09:00—12:00	9洞实战训练	东方高尔夫球场	
12:00—14:00	午餐及休息	上海学苑宾馆	
14:00—15:00	高尔夫讲座	橡树谷学院	
15:00—17:30	高尔夫技术训练	橡树谷学院	
17:30—18:00	场地及装备整理	橡树谷学院	
18:30—19:30	晚餐及洗漱	上海学苑宾馆	
19:30—21:00	晚间活动	上海学苑宾馆	
21:00后	熄灯就寝	上海学苑宾馆	

第三天		7月7日 (星期三)	
时间	内容	地点	
07:00—08:00	起床洗漱	上海学苑宾馆	
08:00—09:00	早餐	上海学苑宾馆	
09:00—12:00	9洞实战训练	东方高尔夫球场	
12:00—14:00	午餐及休息	上海学苑宾馆	
14:00—15:00	高尔夫讲座	橡树谷学院	
15:00—17:30	高尔夫技术训练	橡树谷学院	
17:30—18:00	场地及装备整理	橡树谷学院	
18:30—19:30	晚餐及洗漱	上海学苑宾馆	
19:30—21:00	晚间活动	上海学苑宾馆	
21:00后	熄灯就寝	上海学苑宾馆	



美国橡树谷高尔夫学院 (中国上海)

2010 暑期夏令营行程 第一期 (提高班)

第四天		7月8日(星期四)	
时间	内容	地点	
07:00—08:00	起床洗漱	上海学苑宾馆	
08:00—09:00	早餐	上海学苑宾馆	
09:00—12:00	9洞实战训练	东方高尔夫球场	
12:00—14:00	午餐及休息	上海学苑宾馆	
14:00—15:00	高尔夫讲座	橡树谷学院	
15:00—17:30	高尔夫技术训练	橡树谷学院	
17:30—18:00	场地及装备整理	橡树谷学院	
18:30—19:30	晚餐及洗漱	上海学苑宾馆	
19:30—21:00	晚间活动	上海学苑宾馆	
21:00后	熄灯就寝	上海学苑宾馆	

第五天		7月9日(星期五)	
时间	内容	地点	
07:00—08:00	起床洗漱	上海学苑宾馆	
08:00—09:00	早餐	上海学苑宾馆	
09:00—12:00	9洞实战训练	东方高尔夫球场	
12:00—14:00	午餐及休息	上海学苑宾馆	
14:00—17:00	9洞实战训练	东方高尔夫球场	
17:00—18:00	短杆及推杆训练	橡树谷学院	
18:30—19:30	晚餐及洗漱	上海学苑宾馆	
19:30—21:00	晚间活动	上海学苑宾馆	
21:00后	熄灯就寝	上海学苑宾馆	

第六天		7月10日(星期六)	
时间	内容	地点	
07:00—08:00	起床洗漱	上海学苑宾馆	
08:00—09:00	早餐	上海学苑宾馆	
09:00—12:00	室内课程 / 高尔夫技术训练	东方高尔夫球场	
12:00—14:00	午餐及休息	上海学苑宾馆	
14:00—16:30	高尔夫技术测评	橡树谷学院	
16:30—17:30		橡树谷学院	
17:30—18:00	场地及装备整理	橡树谷学院	
18:30—19:30	晚餐及洗漱	上海学苑宾馆	
19:30—21:00	晚间活动	上海学苑宾馆	
21:00后	熄灯就寝	上海学苑宾馆	



美国橡树谷高尔夫学院 (中国上海)

2010 暑期夏令营行程 第一期 (提高班)

第七天		7月11日 (星期日)	
时间	内容	地点	
07:00—08:00	起床洗漱	上海学苑宾馆	
08:00—09:00	早餐	上海学苑宾馆	
09:00—12:00	室内课程 / 高尔夫技术训练	橡树谷学院	
12:00—14:00	午餐及休息	上海学苑宾馆	
14:00—15:00	高尔夫讲座	橡树谷学院	
15:00—17:30	高尔夫技术训练	橡树谷学院	
17:30—18:00	场地及装备整理	橡树谷学院	
18:30—19:30	晚餐及洗漱	上海学苑宾馆	
19:30—21:00	晚间活动	上海学苑宾馆	
21:00 后	熄灯就寝	上海学苑宾馆	

第八天		7月12日 (星期一)	
时间	内容	地点	
07:00—08:00	起床洗漱	上海学苑宾馆	
08:00—09:00	早餐	上海学苑宾馆	
09:00—12:00	9洞实战训练	东方高尔夫球场	
12:00—14:00	午餐及休息	上海学苑宾馆	
14:00—15:00	高尔夫讲座	橡树谷学院	
15:00—17:30	高尔夫技术训练	橡树谷学院	
17:30—18:00	场地及装备整理	橡树谷学院	
18:30—19:30	晚餐及洗漱	上海学苑宾馆	
19:30—21:00	晚间活动	上海学苑宾馆	
21:00 后	熄灯就寝	上海学苑宾馆	

第九天		7月13日 (星期二)	
时间	内容	地点	
07:00—08:00	起床洗漱/早餐	上海学苑宾馆	
08:00—09:00	橡树谷杯 挑战赛 第一轮 (18洞)	东方高尔夫球场	
09:00—13:00			
13:00—14:30	午餐及休息	东方高尔夫球场	
14:30—15:30	成绩检讨	橡树谷学院	
15:30—17:30	高尔夫技术训练	橡树谷学院	
17:30—18:00	场地及装备整理	橡树谷学院	
18:30—19:30	晚餐及洗漱	上海学苑宾馆	
19:30—21:00	晚间活动	上海学苑宾馆	
21:00 后	熄灯就寝	上海学苑宾馆	



美国橡树谷高尔夫学院 (中国上海)

2010 暑期夏令营行程 第一期 (提高班)

第十天	7月14日 (星期三)	
时间	内容	地点
07:00—08:00	起床洗漱/早餐	上海学苑宾馆
08:00—13:00	橡树谷杯 挑战赛 第二轮 (18洞)	东方高尔夫球场
13:00—14:30	午餐及休息	上海学苑宾馆
14:30—17:00	颁奖 / 闭营活动	上海学苑宾馆
17:00	快乐返家	