

# ゴルフ講座

講師:木暮 俊介 (公)日本プロゴルフ協会ティーチングプロ

スポーツの秋!ゴルフシーズン到来です!

ゴルフは、生涯スポーツとして多くの方に趣味や健康維持の為、親しまれているスポーツです。

正しい基本やエチケットとマナーを学び、経験者の方は、更なるレベルアップを目指して

ゴルフを楽しんでみませんか?

	日程	共通テーマ	経験者テーマ	指導要点(経験等により異なります)
①	9月16日(金)	グリップ、アドレス	左記から自己分析する	基本グリップとアドレス。球筋に与える影響を知る。
②	9月23日(金)	スイング1~2	30ydの基本、高低打分け	7時~5時、8時~4時の振幅、距離の把握。
③	9月30日(金)	スイング2~2.5	100yd、高低の打分け	8時~4時から9時~3時への変化、手首、肘の使い方。
④	10月7日(金)	アフローチ・パター	ランニング~ロフショット	アフローチ練習場で天然芝から練習。ミスの原因を探る。
⑤	10月14日(金)	スイング3~4	トゥーフ・ダフリの原因	9時~3時、10時~2時のスイング。等距離をクラブを変えて打つ。
⑥	10月21日(金)	スイング5(フルショット)	フック・スライスの原因	左右へ球を故意に曲げることから曲がる原因を考える。
⑦	10月28日(金)	ロングアイアン・UT	左記クラブの高低の打分け	ロングアイアンやUTの習得。高低の打ち分け。
⑧	11月4日(金)	ショートコースレッスン	コースマネジメント	ショートコースにてラウンド。コースマネジメント。
⑨	11月11日(金)	フェアウェイウッド	インテンショナルスライス	フェアウェイウッドの習得。傾斜別の考え方、打ち方。
⑩	11月18日(金)	ドライバー	インテンショナルフック	ドライバーの習得。高低・左右への打ち分け。

※初めて参加される方は、上記カリキュラムを基本とし、既にご受講された方・ゴルフ経験者についてはレッスン内容が異なりますので申し込みの際にご確認ください。

一人一人に合わせた指導を日本プロゴルフ協会ティーチングプロが親切、丁寧にレッスンをを行います。

日程: 上記参照ください。

毎週金曜日

時間: 15:00~17:00

定員: 10名

受講料: 1回につき2,000円

全10回 18,000円(後期より一括納入をお願いいたします(要相談))

※施設利用料、ボール料は各自でご負担ください。

持ち物: ゴルフクラブ、シューズ(貸クラブ有り、運動靴可)

服装: 運動しやすい服装(ゴルフウェアでなくても可)

場所: 通常レッスン 東宗ゴルフ練習場(東金市北之幸谷232-1)



申し込み・問い合わせ 城西国際大学 生涯教育センター(D棟)

TEL:0475-55-7685 FAX:0475-53-2244

電話受付時間:9時30分~16時30分(日曜・祭日除く)11時30分~12時30分(昼休み)