

# GOLF ゴルフ講座

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に、親しまれているスポーツです。初心者の方は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？

そのサポートは、日本プロゴルフ協会ティーチングプロの木暮氏が、レッスンをします。

	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	4月12日	グリップ・アドレス他	基本との差異を知る	基本グリップ、理想的なアドレス、グリップによる球筋の変化
②	4月19日	スイング1~2	30yd 高低の打ち分け	5時~7時、4時~8時のスイングと距離の把握
③	4月26日	スイング2~2.5	100yd~高低の打ち分け	4時~8時、3時~9時、手首の使い方コックとヒンジ
④	5月10日	アプローチ・パター	ロフショット他	芝の上からのアプローチ、ミスを減らす為のコツ、ハーフトロ等
⑤	5月17日	スイング3~4	トップ・ダフリの原因究明	3時~9時、2時~10時のスイング、振幅に寄る距離打ち分け
⑥	5月24日	スイング5	フック・スライスの原因究明	フルショット、左右へ球を曲げることからミスの原因を探る。
⑦	5月31日	ロングアイアン・UT	高低の打ち分け方	ロングアイアン・UTを習得。経験者は高低を打ち分ける
⑧	6月7日	ショートコースレッスン	コースマネジメント	近隣のショートコースにてラウンド、コースマネジメント等
⑨	6月14日	フェアウェイウッド	インテンショナルフック・スライス	ウッドクラスの習得、Fwで左右へ球を曲げる。高低の打ち分け
⑩	6月21日	ドライバー	インテンショナルフック・スライス	ドライバーの習得、左右へ球を曲げる。高低の打ち分け。

※本講座は、受講生のゴルフ習得度により、共通テーマの他に各受講生への個別レッスンも行います。

講師：木暮 俊介 (公)日本プロゴルフ協会ティーチングプロ

日 程：毎週水曜日(5月3日は祝日の為休講)  
 時 間：15:30~17:30 ※曜日・時間帯が変更になりました。  
 定 員：10名  
 受講料：1回につき2,000円(レッスン料)  
 全10回 18,000円(全額一括納入の方のみ割引いたします)

※施設利用料、ボール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：東宗ゴルフ練習場 TEL:0475-55-1227  
 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)