

# K's News!

日頃、K's GOLF LOUNGEをご愛顧賜り厚く御礼申し上げます。

皆様にK'sをもっとご活用頂く為に新着情報をお届けします。

2018年7月

information

第28回 K's コンペ結果報告

毎春恒例のスクランブルK'sコンペですが、今年は積雪の為に延期となり、先日の7月16日に開催されました。

約4ヶ月延期でありながら春にお申し込み頂いた方々が皆様ご参加頂き、楽しい時間を過ごす事が出来ました。今年は異常気象の猛暑の中、リタイアされる方もなく無事に終える事が出来たことがなによりでした。

そんな中、優勝チームは過去最高のベスグロを出し、全チームアンダーのハイレベルの戦いとなりました。

ご参加頂いた皆さま、本当にありがとうございました。



ヴィチーム  
( - 12)



海ゴルフ部チーム  
( - 8)



ワンたれワンしおチーム  
( - 11)



ドライバー免停中チーム  
( - 5)



あまえんぼうチーム  
( - 7)



夏バテと氷のうチーム  
( - 6)



小林 賢太チーム  
( - 7)



野田会チーム  
( - 1)



チーム ノーMiss  
( - 3)



Beauty&Beastチーム  
( - 7)



## Kassyトレ2 ゴルフに必要なトレーニングの紹介

今回のKassyトレ2は前回紹介した体幹強化のストレッチと股関節を連動しやすくする為のストレッチを紹介したいと思います。  
スイング中の股関節の動きはとても大事ですので、是非試して下さい！

### ★ワンレッグ&リーチ★

**効果** 股関節は体重移動や前傾角度をキープする動きにとっても大事な箇所です。股関節の動きの意識があがることによって、スイング中のバランス、安定が期待出来ます。

**ポジション** 立っている側のお尻を締めつま先と膝の向きを一緒にします。  
前傾して伸ばした脚はお尻を意識します。  
前に伸ばした腕の指先と後ろに伸ばした脚のつま先を離すように息を吐きながら手脚を伸ばします。  
3秒静止出来れば OKです。



## プロレッスンスケジュール

2018 7							8						
SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
15 長澤	16 コンペ	17 長澤	18 鹿志村	19 鯉淵	20	21 鹿志村				1 佐藤	2 鯉淵	3	4 岩本
22 長澤	23 岩本通	24 プロ不在	25 鹿志村	26 臨時休館	27	28 岩本	5 長澤	6 岩本	7 長澤	8 鹿志村	9	10	11
29 長澤	30 岩本	31 長澤					12 長澤	13 岩本通	14 長澤	15 鹿志村	16 鯉淵	17	18 鹿志村
○7/24(火)は日本オープン予選の為、プロ不在となります。							19 長澤	20 岩本通	21 長澤	22 鹿志村	23 鯉淵	24	25 鹿志村
○7/26(木)は臨時休館とさせていただきます。							26 長澤	27 岩本通	28 未定	29 鹿志村	30 鯉淵	31	
○8/9(木)~8/11(土)は夏休みとさせていただきます。													
○8/28(火)は試合結果によって、プロ不在または出勤プロが決定します。ご迷惑をお掛けしまして申し訳ありませんが宜しくお願い致します。													

## ラウンドレッスン K's GOLF LOUNGE のラウンドレッスンで実践的な技術をマスターしましょう！

岩本通プロ	7月25日(水)	秋山カントリークラブ	TYPE-C	募集人数 残2名
		IN 8:21スタート	プレーフィ ¥9,000	昼食付、セルフ
長澤プロ	8月23日(木)	都留カントリー倶楽部	TYPE-C	募集人数 残1名
		8:14スタート	プレーフィ ¥8,000	昼食付、セルフ

**Type-C** 18ホールのラウンドレッスン。プロと一緒にラウンドしながらレッスンを行います。高スコアを出すための総合的なラウンドマネジメント、メンタルタフネスを学びます。  
対象レベル：初級～上級 **メンバー参加費**：3名 12,500円 2名 17,500円 1名 31,000円