

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。

2015年2月

information クラブチェックしましょう

シーズンオフの今、クラブチェックしよう!!!

クラフトマンの呉が、皆さまのクラブを**無料診断**いたします。

長さ・重さ・バランス・振動数・ロフト角・ライ角を診断し、14本のクラブのトータルバランスが合っているのかそれとも調整が必要なのか診断いたします。



定期的に体の健康診断に行くのと同じで、クラブも定期的に診断する事でクラブが原因でミスをしていたのかどうか分かるようになります。

例えば・・・

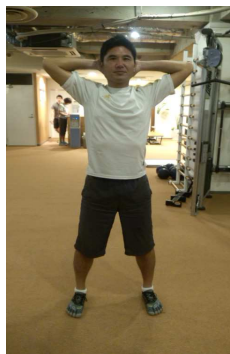
- ★クラブが軽すぎると、速く動きやすいがヘッドが暴れやすい。
- ★クラブが重すぎると、安定はしやすいがヘッドを速く動かせない。
- ★シャフトが柔らかいと、インパクト付近でヘッドが遅れスライスボールになりやすい。
- ★シャフトが硬いと、しならず事ができず、更にボールも失速して高く上がらず飛距離が望めません。

道具が原因なのにスイングが悪いのではないかと、精神的にも焦りを生み、気持ちよく打てないばかりにいろいろ打ち方を変え、そして、打てば打つほどスイングがわからなくなっていくという悪循環にはまっていくというパターンが多いです。皆様はそんな経験はないでしょうか？まずはクラブチェックしてみましょう！

information 冬場のストレッチ

冬場は筋肉が硬くなってしまっていて体が動かしにくくなったり、怪我をしやすい時期です。ラウンド前にはいつもより時間をかけてしっかりストレッチしましょう！特に冬は厚着をするので体が回りづらくなる為、おなか周りのストレッチを重点的にしましょう！

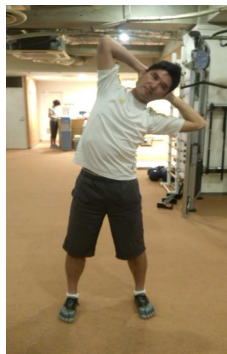
★まずは脇を伸ばすストレッチです。①～③。 次はお腹を伸ばすストレッチです。④～⑤



①直立の姿勢で頭の後ろで手を組みます。



②お尻を動かさないように横に倒します。



③①の姿勢に戻って反対側に倒します。



④直立の姿勢でお尻に手を当てます。



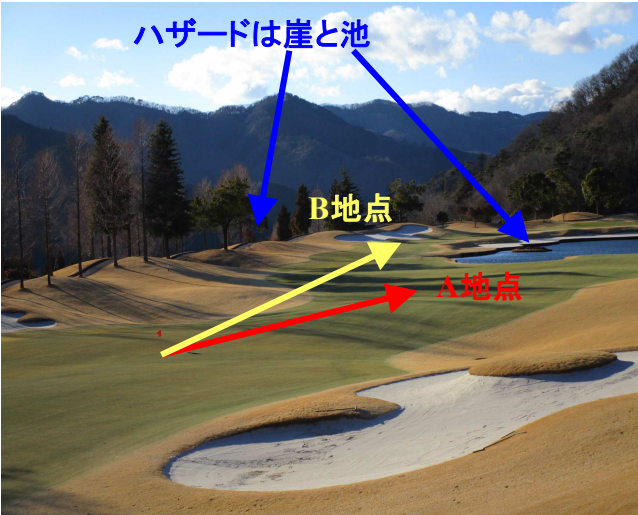
⑤お尻を前に出さないように後に反らします。

※ゴルフスイングの動きは回転運動なので、捻れなければなりません。スタート前にやってみましょう！

通のラウンド術 ゴルフは打つだけではありませんよ。戦略と注意力も必要な要素です。

～ レイアップ編 ～

グリーンを直接狙えない状況ではレイアップをしなければいけません、距離や方向だけを決めて打ってはいませんか？ハザードに届かない距離を打つだけでは戦略としては不十分ですよ！



吹流しからグリーンセンターまで240Y
池までは140Y。
レイアップ候補はA地点B地点の2ヶ所

A地点までは
余裕をもって
120Yまでに
すると残りは
120Yになる



余裕があるので池の危険は少ない

B地点までは
170Y打てる
残りは70Y
こちらがよさ
そうですが...



池と左の崖の間の30Y幅に打たなければ
ならない

なるべく飛ばして残りの距離を短くしたい気持ちはわかりますが、状況によってはレイアップショットの難易度が大きく変わってしまう事もあります。求められる事は2打でハザードを確実に避けられる戦略です。自分の得意な距離に残す事や、逆に不得意な距離を残さないように計算して打つ方法もあります。

プロレッスンスケジュール レッスン予約の際にお役立て下さい

2月 Feb

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
15 長野	16 岩本通	17 長野	18 鹿志村	19 穴戸	20	21 鹿志村
22 長野	23 岩本通	24 長野	25 鹿志村	26 穴戸	27	28 岩本高志

3月 Mar

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
1 長野	2 岩本高志	3 長野	4 鹿志村	5 穴戸	6	7 鹿志村
8 岩本通	9 岩本通	10 長野	11 鹿志村	12 穴戸	13	14 岩本高志
15 コンペ	16 岩本通	17 長野	18 鹿志村	19 穴戸	20	21 鹿志村
22 長野	23 岩本通	24 長野	25 鹿志村	26 穴戸	27	28 岩本高志
29 長野	30 岩本通	31 長野				

※ 岩本高志プロ ⇒ 土曜日は11時から出勤

※ 3月15日(日) ⇒ K'sコンペの為 終日休館日となります

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

鹿志村プロ 穴戸プロ 合同

3月27日(金) 神奈川カントリークラブ TYPE-B 募集人数 8名
10:00~2組 プレーフィ ¥ 6,070 昼食別

Type-B 午前は9ホールを実際にプレイしながら、ラウンドの組み立て方を学びます。
午後はショートゲーム(アプローチ・バンカー・パッティング)の練習を行います。
対象レベル : コースデビュー ~ ショートゲームに課題のある方 **メンバー参加費: 3~4名 10,500円**