

# 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。

2019年5月

役に立つ  
新ルール

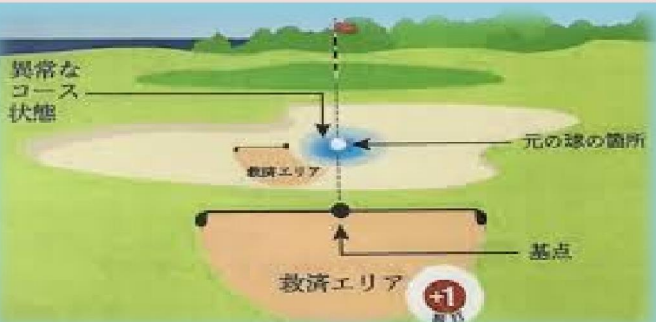
100年に1度と言われるほど今年からルールが大きく変わりました。

そこで「知っておけばラウンド中に役に立つ新ルール」をK'sのプロがご紹介します。是非覚えておきましょう！

旧ルールではスパイクマークやグリーン上の傷は直せませんでしたが、新ルールでは人や外的影響によって生じる損傷は直せるようになりました。(長澤プロ)



旧ルールではグリーン上で球が偶然動いてしまった場合、あるがままでプレーを続けていました。新ルールではマークした後で球が動いた場合には元に戻してプレーを続けられるようになりました。(鹿志村プロ)



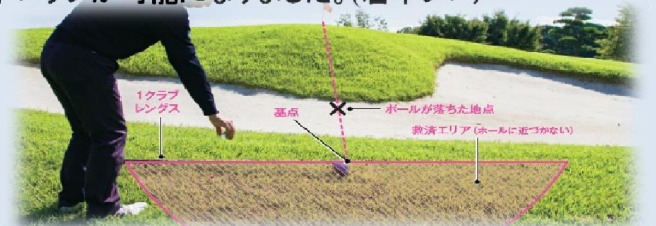
以前はバンカー内にあるか、もしくはふれているルースインペディメント(枯れ葉・枯れ枝など)は取り除く事は出来ず、取り除いてしまうと2打罰となっていました。

新ルールでは無罰で取り除く事ができるようになりました。(鯉淵プロ)



旧ルールではドロップして、落ちた所から2クラブ以内に止まればそのままプレーでしたが、新ルールでは基点からパター以外で一番長いクラブ(1W)で測った1クラブ以内の救済エリアに止まらないといけなくなりました。(池の時には2クラブの場合もあり)(通プロ)

バンカー内でアンプレヤブルの球について1打罰の上①2クラブレンジス以内のバンカーにドロップ②ホールと球を結んだ後方線上でバンカー内にドロップ③前打位置からの打ち直しの他に、2019年から更に1打罰を加えてボールとピンを結んだバンカー後方線上の基点から左右1クラブレンジス以内の区域内にドロップが可能になりました。(岩本プロ)



自打球について旧ルールでは球が自分自身・キャディ・道具などに当たった場合は1打罰でした。新ルールでは偶然の場合は無罰になり止まった所から再開できるようになりました。(佐藤プロ)

～ウォーミングアップ～

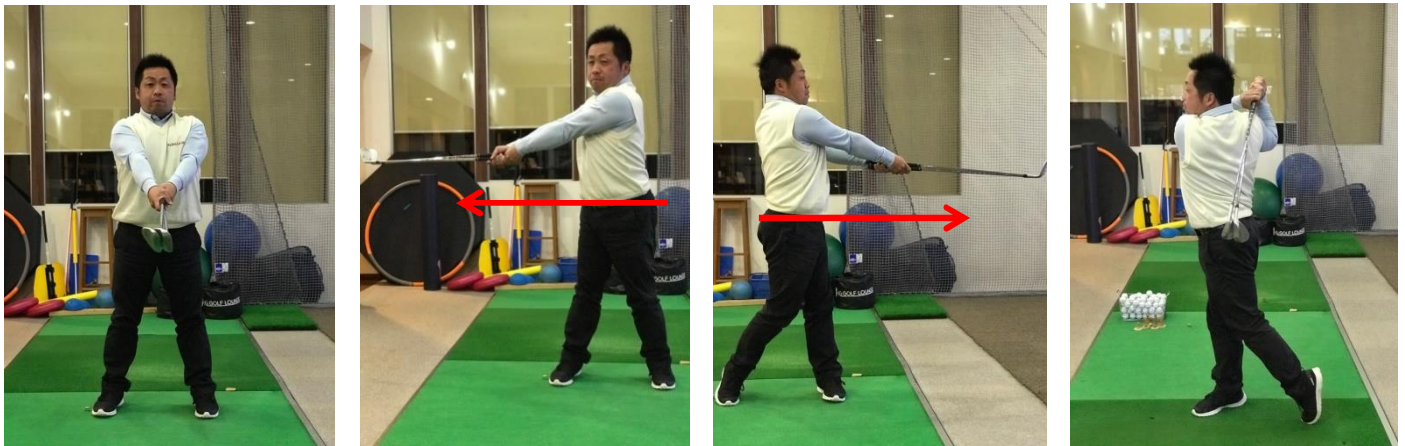
スタート前のウォーミングアップは非常に大切です。ケガの予防はもちろんですが、1番ホールから良いプレーをするためには必要不可欠です。  
スタート前からその日のゴルフは始まっています！

●練習する場合

スタート前に練習する場合、ナイスショットを打ちたくなりますがこれは大きな間違いです。まずは体を動かせる状態にする、そして練習場で行っているテーマを確認する事に集中してください。  
この2つをメインで行い、その上で当日の調子を確認してください。

●練習できない場合

スタート前に練習できない場合はストレッチなどで体が動ける状態にしなければいけません。  
長いバットを持っていればバットを、持っていなければウェッジを2本持って振ります。  
手で振り回すのではなく、体を回すことを意識して腰の高さで左右に連続で振るようにしてください。  
左打ちの素振りをするのも効果的です。



腰の高さで構えます。クラブヘッドを腰の高さのまま左右に体を回す  
左振りはフィニッシュまで  
プロゴルファーはスタート時間の1時間以上前にゴルフ場に入り、ストレッチや軽い運動をして体が動かせる状態にしてから練習しスタートします。必ずウォーミングアップは行っています。  
良いプレーには良い準備が必要です。しっかり準備をしてからスタートするようにしてください！

プロレッスンスケジュール

2019

5

6

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
12 長澤	13 岩本通	14 長澤	15 鹿志村	16 鯉淵	17	18 鹿志村							1 鹿志村
19 鹿志村	20 岩本通	21 長澤	22 鹿志村	23 プロ不在	24	25 鹿志村	2 長澤	3 岩本通	4 長澤	5 鹿志村	6 鯉淵	7	8 鹿志村
26 長澤	27 岩本通	28 長澤	29 鹿志村	30 鯉淵	31		9 長澤	10 岩本通	11 長澤	12 鹿志村	13 鯉淵	14	15 鹿志村
							16 長澤	17 岩本通	18 長澤	19 鹿志村	20 鯉淵	21	22 鹿志村
							23 長澤	24 岩本通	25 長澤	26 鹿志村	27 プロ不在	28	29 鹿志村
							30 長澤						

※5月23日、6月27日は都合によりプロ不在です。  
ご迷惑をお掛けしますが、宜しくお願い致します。