

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。

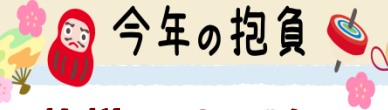
2024年1月



今年は3月にシニアツアー最終予選会があるので何とか通過してシニアツアーに参戦したいと思います。
鹿志村 光一

2024年はABEMAツアーのシード権獲得とシニアツアーの予選会をクリアする事が目標です。今年も宜しくお願い致します。
岩本 高志

今年は昨年から行っているスイング改造を進めます。ダウンスイングの動きを変えて、今までよりも力強く打てるようにしたいと思っています。
岩本 通

 **今年の抱負**
皆様、2024年の抱負は決めましたでしょうか？
スタッフ一同、レベルアップに繋がるよう一生懸命お手伝いをさせていただきます。

今年の目標は自分を信じて、とにかく頑張っていく事と、ともにメンバー様のレベルアップ出来るようにサポートしていきたいと思っています。
長澤 稔

今年の目標はゴルフ理論の知見を今まで以上に広めていき、自分自身、メンバー様のゴルフ上達の為に精進していきたいと思っています。
笠井 優希

今年も引き続き、皆様のゴルフライフをお手伝いさせていただきますと幸いです。
野々村 和子

今年もメンバー様に更なるサービスを提供できるように努力していく事と、自分のゴルフもレベルアップしたいと思っています。
呉 昌元

Kassyトレ3 ゴルフスイングに必要な自分の癖を知りましょう！

今回のKassyトレ3はゴルフスイングを作るためには、自分の身体の癖を知る事はとても大事なことです。今から紹介するポディーチェックを行って、自分自身の身体の癖を知りましょう！K'sのプロは全員把握していますので、プロに確認してもらってください。

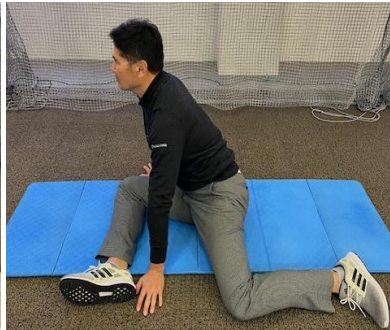
★お尻のストレッチ★

以前ご紹介した
スプリットチェック

以前ご紹介した
エルボータッチ

①

②



今回のストレッチは以前ご紹介したスプリットチェックとエルボータッチの効果を上げる動きになります。メリットはお尻を伸ばす事によってバランスと可動域が広がり股関節が使いやすくなります。

①画像①のように足を前後に広げ両膝を90度に曲げます。

②画像②のように両肘がマットに着くように上半身を倒します。

肘が着かない方はできるところまで行ってください。左右のお尻を20秒から30秒2セット行ってみてください。

お尻を伸ばす事によってスプリットチェックでの股関節の可動域が広がりスイングバランスが安定するので、是非やってみてください。

プロレッスンスケジュール

2024

1

2

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

※2月1日と3日は都合によりプロ不在での営業となります。
ご迷惑をおかけして申し訳ございませんが、よろしくお願いいたします。