

# K's News!

2011年5月



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。

メルマガ登録はお済ですか？QRコードを撮影するだけで簡単にホームページへアクセスできます。様々なお得な情報をメールにてご案内させていただきます。

Information

K's GOLF LOUNGE 5nd Anniversary

## 5nd Anniversary イベント開催!

5月17日でK's GOLF LOUNGEは5周年を迎えます！これもひとえに多くの皆さまのおかげです。そこで、5周年を記念いたしまして、『アプローチ&パッティング合戦イベント』を開催いたします。

### Approach & Putting Battle

期間：5月15日～22日

1週間の参加者の中で一番多く入れた方が優勝！！  
もちろん賞品もご用意しております。

優勝 ⇒ 酸素カプセル60分無料券

準優勝 ⇒ 施設利用無料券

3位 ⇒ ドリンク無料券(3回分)

ルールは簡単。。。

練習10球で距離感を感じて・・・

アプローチとパッティング勝負。いざ本番。。。。

所定の場所から15球打って何球入るか！

4mの距離から  
入れよう！



約5mの距離を  
直接ネットの中へ



日頃の練習の成果が出るチャンスです！  
ご参加お待ちしております！！

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

5月 May 5月14・30日 岩本pro ⇒ 宍戸proに変更になっております

6月 Jun 6/1日：鹿志村pro20時まで

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13 巻口	14 宍戸
15 巻口	16 岩本	17	18 鹿志村	19 宍戸	20 巻口	21 鹿志村
22 鹿志村	23 岩本	24	25 鹿志村	26 宍戸	27 巻口	28 岩本
29 巻口	30 宍戸	31	5/14日：宍戸pro14時から			

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

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

岩本プロ

★ 6月 4日(土) 秋山カントリークラブ 募集人数 3名 TYPE-C  
9:30分スタート 参加費¥12,000 プレーフィ¥12,300 昼食別

巻口プロ

★ 6月19日(日) ツインレイクスCC 募集人数 3名 TYPE-C  
7:53分スタート 参加費¥12,000 プレーフィ¥13,300 昼食付



※ メンバー同伴のビジターの方は参加費がメンバーと同額でご参加できます。  
お友達をお誘いの上ご参加下さい。  
※ 参加者が3名で開催になります。  
2名の場合は¥17,000で開催か中止とさせていただきます。



※2バック、3バックの際割り増し料金はご負担願います。

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ージメント、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 12,000円 2名 17,000円 1名 30,000円

Shishi ドック ゴルフスイングに役立つストレッチ方法のご紹介

★ ダフリ・トップをなくす(フルスイング編)Ⅲ★

ストレッチで下半身を軟らかく使えるようになると、ダフリやトップなどのミスショットが減り、上手く打てるようになります。ダフリ・トップを起こす原因は、体の上下運動だと言われています。つまり、下半身が止まって、上半身で打ちにいくときに、起こりやすくなるのです。ダフリやトップを減らすには、下半身の柔軟性が大切ですし、体幹の柔軟性も重要です。今回は、ひざ・お尻の筋肉を柔軟にしていきましょう！

● ひざ・お尻の筋肉を柔らかくする

浅く腰掛け背筋を伸ばします。  
左足を肩はば程度開き、ひざを内側に押ししていきます。

(反対の足も行います)

