

K's News!

2011年8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

第15回 K's Golf Lounge ゴルフコンペ開催

Golf Competition "The Member's 6"

日時： 2011年10月23日(日)

場所： メイプルポイントゴルフクラブ

競技方法： 新ペリア方式

募集人数： 32名 (定員になり次第お申し込みを締め切らせていただきます)

スタート時間： 9:17分～ IN・OUT各4組

料金： 参加費 ¥5,000 プレーフィー¥21,000 (キャディフィー・昼食代込み)

住所： 山梨県上野原市鶴島3600番地 TEL: 0554-63-5111

ACCESS： 中央自動車道:上野原ICより約10分

ドレスコード： 男性はクラブハウス内ジャケット着用

締め切り： 10月14日(金)

お申込みは お電話、FAX、e-mailで承ります

Freodial: 0120-156-286 FAX: 03-3290-5228

E-mail: info@ks-golf.com



第15回コンペ "The Member's" はメンバー様のみのご参加になりますので
オリジナル企画をご用意してます！！

① ビデオ撮影

7番ホールのティーショットを正面&後方からビデオ撮影いたします。

その映像を、後日分析データに取りこみ分析レッスン受講の際、コースと練習場でのスイングの違いを比較して、よりスイングチェックの重要性を理解していただけます。

他にも企画を検討しておりますので、是非ご参加下さい。

★距離感を身につけよう・2★ 今回も、距離感を身につけるために重要になる上半身、体感の動きを良くするためのストレッチを行います。上半身がスムーズに動くようになることで、常に同じ動きができるようになり、リズム・テンポも良くなり、距離感を身につけやすくなります。距離感を身につけるために重要になる、上半身、体幹の動きを良くするためには、肩・首まわりや、お腹・背中の筋肉を柔軟にしておく必要があります。距離感をつかむ方法は、クラブの上げ幅(時計の文字盤)と実際に飛んだりころがったりする距離を体感して覚えることです。しかし、常に同じ動きができないと、上げ幅による飛距離は一定しません。それには、肩・首まわりの柔軟性とお腹・背中の筋肉の柔軟性が求められます。体幹がスムーズになることにより常に同じ動きができ、距離感がつかめるようになります。

① 背中の筋肉を伸ばす！

軽く足を開き、両手を頭の後ろに組んで背筋を丸めて、椅子に座ります。

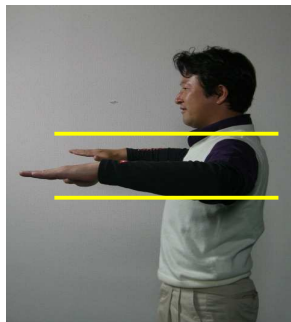


右ひじを左ひざによせるように意識して行いましょう。

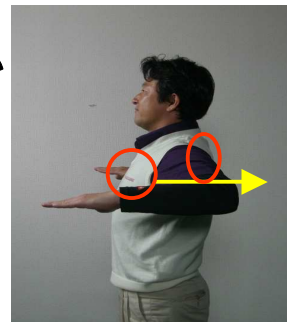


② 胸の筋肉を伸ばし 肩甲骨を柔軟にする！

ひじを直角に曲げ、地面と平行にして、腕が下がらないようにひじを後ろに引きます。



ひじの位置は脇から肩の高さまで行い、背中の肩甲骨を内側に引きつけるイメージで行います。



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

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
8月						
						20 鹿志村
21 巻口	22 穴戸	23	24 鹿志村	25 穴戸	26 巻口	27 岩本
28 巻口	29 穴戸	30	31 鹿志村			

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

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

巻口プロ

★ 9月25日(日) 緑野カントリークラブ 募集人数 3名 TYPE-C
8:16分スタート 参加費 ¥12,000 プレーフィ ¥12,000 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。

※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



The 15th K's Golf Lounge golf competition
“The Member's 6”

10月23日(日)開催

参加 ・ 不参加

どちらかに○をおつけ下さい

お名前

.....

コンペ終了後、表彰式(パーティー)にはご参加いただけますか？

参加 ・ 不参加

どちらかに○をおつけ下さい

☆ご意見・組み合わせのご希望などございましたらご記入下さい



10/14(金) お申込み締切り