

K's News!

2012年6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。

Information JGAゴルフルールクイズ

ゴルフはマナーやルールを重んじるスポーツです！！ルールは複雑なものも多く、頭に叩き込むのは難しいですが、競技に出る方も出ない方もコースで恥をかかないようにクイズをしながら覚えてみませんか？



○or×の2択QUIZ



- Q1: ドロップした球がコース上に最初に落ちた箇所から**1クラブレングス以上**転がった場合は際ドロップしなければなりません。
- Q2: バンカー内の水溜りの中にある球をプレーするときに、**水溜りにクラブが触れても罰はありません。**
- Q3: 修理地からの救済を受ける為に**球を拾い上げたが**、ドロップするところが打ちにくい所になりそうだったので、心変わりをして**救済を受けないこと**にして球をリプレースしてプレーした場合は1打の罰をうけます。
- Q4: 練習スイングをしていたらクラブが球に当たってしまった場合、ストロークしたことになります。
- Q5: ラウンド中にボールを使い切ってしまった場合、同伴競技者からボールを借りることはできません。
- Q6: ティーショットを**空振り**してしまい再度アドレスしたところ、たまたまティーから球が落ちたので拾い上げ**もう一度ティーアップ**をすることができる。
- Q7: **球が木の根元**にあり打てないが、スタンスがカート道路にかかる場合は罰なしの救済を受けることができます。
- Q8: ストロークプレーで**グリーン上**でパットしたボールがホールに立てられたままとなっている旗竿に当たった場合は2打の罰を受ける。
- Q9: ストロークプレーでスルーザグリーンの**芝草を短く切ったある区域**でボールが自分で作ったピッチマークにくい込んでいました。プレーヤーは規則25-2に基づいてそのボールを拾い上げたあと、ドロップする前にその**ピッチマークを修理できない。**
- Q10: ストロークプレーで正規のラウンド中に**クラブに鉛を貼って性能を変更**し、そのクラブを使用した場合失格となります。



正解は裏面へGO！解説はK'sに貼り出しますのでご来館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

6月 JUN

7月 JUL

7/4日:鹿志村プロ試合の為プロ不在での営業となります

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

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

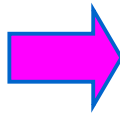
今回のKassyトレは下半身強化です。少し辛いかもしれませんが、頑張りましょう！

「ワイドスクワット」

効果:下半身強化 ⇒ 脚の力を強化することによってアドレスの安定、飛距離アップが期待されます。

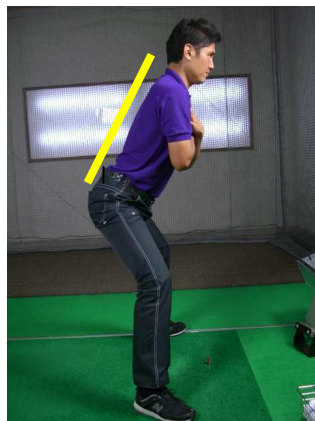


20回×2~3セット
を目安に頑張ってください！



ポジション

- 1 足幅を肩幅の1.2倍に開き、つま先をハの字に開く。
- 2 背筋を伸ばす。



注意点:しゃがむ際に、股関節からしっかり曲げることを意識する。それに伴い上体は前傾する。膝がつま先よりも前に出ないように。膝はつま先と同じ方向を向くようにする

動作:背筋をのばしお尻をつき出しながらしゃがむ。太ももが床と平行になったら立ち上がる。立ち上がる際、膝は伸ばしきらない。

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	7月28日(土)	秋山カントリークラブ	TYPE-C	募集人数 3名	
	9:04	スタート	プレーフィ	¥11,300 昼食別	
鹿志村プロ	7月21日(土)	秋山カントリークラブ	TYPE-C	募集人数 あと2名	
	9:12	スタート	プレーフィ	¥11,300 昼食別	
矢戸プロ	7月27日(金)	神奈川CC	TYPE-B	募集人数 2名	
	8月24日(金)				10:03
巻口プロ	7月8日(日)	石岡ゴルフ倶楽部	TYPE-C	募集人数 あと2名	
			8:14	スタート	プレーフィ ¥15,450 昼食別
	8月5日(日)	筑波東急ゴルフクラブ	TYPE-C	募集人数 3名	
			9:15	スタート	プレーフィ ¥15,000 昼食別

※ 2バック、3バックの際、割り増し料金をご負担願います。

Type-A	18ホールでのラウンドレッスン。	メンバー参加費: 3~4名 10,000円 2名 15,000円
Type-B	午前は9ホールをプレー。午後はショートゲーム中心の練習。	メンバー参加費: 3~4名 10,000円
Type-C	プロもプレーする18ホールでのラウンドレッスン。	メンバー参加費: 3名 12,000円 2名 17,000円 1名 30,000円

QUIZの正解 Q1:X Q2:O Q3:O Q4:X Q5:X Q6:X Q7:X Q8:O Q9:O Q10:O