

千歳ゴルフカレッジ ベーシッククラス プログラム

ベーシッククラスの流れ(75分)

15分	座学	テーマごとの頭で上達するレッスン
30分	打球	テーマごとの身体で上達するレッスン
30分	打球	お客様個人に合わせたレッスン

月	項目	1週目	2週目	3週目	4週目	
4月	テーマ	基本はやっぱりアドレスとグリップ。 正しく構えられていますか?!		コース研修会	自分の姿を知ろう!!	
	内容	アドレス・グリップ・アライメント			動画撮影	
	使用クラブ	7I			各種クラブ	
5月	テーマ	様々な種類のクラブの打ち方を覚えよう!!			自分の飛距離を 知ろう!!	
	内容	アイアン	FW & UT	ドライバー(1W)	弾道測定 SkyTrak	
	使用クラブ	7I & PW	FW & UT	ドライバー(1W)	各種クラブ	
6月	テーマ	バンカーなんて 怖くない!!	寄せワンはカッコいい!!		ボールの精度を 確認しよう!!	
	内容	エクスプロージョン ショット	短い距離 10,20,30ヤード	長い距離 40,50,60ヤード	方向性 & 距離感 チェック	
	使用クラブ	SW	SW & PW	AW & PW	7I & PW	
7月	テーマ	ゴルフコースは傾斜ばかり!!		コース研修会	ゴルフコースは 傾斜ばかり!!	
	内容	左足上がり 左足下がり	つま先上がり つま先下がり		傾斜まとめ	
	使用クラブ	7I	7I		各種クラブ	
8月	テーマ	スコアの半分が パッティングです!!	カッコいいゴルファーを を目指そう!!	自分を知ろう!!		
	内容	距離感・方向性	エチケット&ルール	ショットマーカー チェック	動画撮影	
	使用クラブ	パター	各種クラブ	各種クラブ	各種クラブ	
9月	テーマ	球筋のバリエーションを増やそう!!			自分の飛距離を 知ろう!!	
	内容	高いボール 低いボール	フックボール スライスボール	練習ドリル	弾道測定 SkyTrak	
	使用クラブ	7I	7I	7I	ドライバー(1W)	

使用クラブ欄に記載のクラブをお持ちください。レンタルクラブもございます。