

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
10月	テーマ	基本確認		コース研修会	フリー
	内容	グリップ&アドレス チェック	セットアップ ルーティン		フリー
	使用クラブ	7I			各種クラブ
11月	テーマ	アイアン		自分の飛距離を 知ろう!!	自分を知ろう!!
	内容	アドレス&スイング チェック	動画撮影	弾道測定	ショットマーカ- チェック
	使用クラブ	PW & 7I	7I	アイアン	アイアン
12月	テーマ	ウッド		自分の飛距離を 知ろう!!	自分を知ろう!!
	内容	アドレス&スイング チェック	動画撮影	弾道測定	ショットマーカ- チェック
	使用クラブ	ドライバー & FW	ドライバー	ウッド	ドライバー
1月	テーマ	寄せワンはカッコいい!!		コース研修会	フリー
	内容	短い距離 10,20,30ヤード	長い距離 40,50,60ヤード		フリー
	使用クラブ	SW & PW	AW & PW		各種クラブ
2月	テーマ	ゴルフコースは傾斜ばかり!!		色々な練習方法を 知ろう!!	カッコいいゴルファーを 目指そう!!
	内容	左足上がり 左足下がり	つま先上がり つま先下がり	練習ドリル	エチケット&ルール
	使用クラブ	7I	7I	7I	各種クラブ
3月	テーマ	バンカー強化!!		自分の飛距離を 知ろう!!	スコアの半分が パッティングです!!
	内容	フェアウェイ バンカー	エクスプロ-ジョン ショット	弾道測定	距離感・方向性
	使用クラブ	7I&FW	SW	各種クラブ	パター

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さいます。