2023年　第3期　ゴルフスクール　カリキュラム一覧表

2023年6月29日(木)～2023年9月27日(水)　　12週12回

【コーチ指導責任者】
（公社）日本プロゴルフ協会会員　檜　洋司

週	期間	ベーシック (60分パーソナルレッスン)	スタートベーシック (60分グループレッスン)	ジュニア (40分グループレッスン)
1	6月29日(木)～7月5日(水)	↑	最初の第一歩 正しいグリップ	ゴルフとは？ 目標を決めよう
2	7月6日(木)～7月12日(水)		構え方の手順 毎回同じアドレス	構え方の手順 アドレスの取り方
3	7月13日(木)～7月19日(水)		身体の正しい使い方 スイングを覚えよう	身体の正しい使い方 スイングを覚えよう
4	7月20日(木)～7月26日(水)		ボールの方向チェック 弾道チェック	ナイススイングでナイスショット スイングチェックをしよう
5	7月27日(木)～8月2日(水)	パーソナル レッスン	カップに寄せる練習 アプローチ	カップに寄せる アプローチ練習
6	8月3日(木)～8月9日(水)		ボールの方向チェック 弾道チェック	パターで大切なこと パター練習
7	8月17日(木)～8月23日(水)		テンポとリズムがタイミングを生みます テンポ・リズム	テンポとリズムとタイミング リズムよく打とう
8	8月24日(木)～8月30日(水)	↓	クラブによって立つ位置が変わる クラブ別のアドレス	色んなクラブを打ってみよう クラブ別のアドレス
9	8月31日(木)～9月6日(水)		バランス良く打とう スイングしながら体幹トレーニング	バランスディスクにのってみよう バランスよく打てるかな？
10	9月7日(木)～9月13日(水)		ボールの方向チェック 弾道チェック	自分のスイングを見てみよう かっこよく打ててるかな？
11	9月14日(木)～9月20日(水)		バンカー練習 エクスプロージョンショット	砂場から打つ練習 バンカーショット
12	9月21日(木)～9月27日(水)	ラウンド練習 楽しくラウンドしましょう	ラウンド練習 楽しくラウンドしましょう	ラウンド練習をしよう！ 楽しくラウンドしてみよう

◇レッスンに於ける優先順位を安全・安心・公平・楽しく上達と考えています。
◇一週間同じ内容で進行しておりますので、振替をなるべくその週で受講されることで計画的に上達することができます。
◇ベーシッククラスは基本的にパーソナルの形でレッスン内容を進めさせていただきます。一部ミニイベントの形で行う時間もございます。

(公社)日本プロゴルフ協会公認ゴルフスクール
ラスティ寝屋川テニス＆ゴルフスクール