

2024年 第4期 ゴルフスクール カリキュラム一覧表

2024年9月28日(土)～2024年12月27日(金) 13週13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)
		メインテーマ		
1	9月28日(土)～10月4日(金)	↑ パーソナル レッスン ↓	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	10月5日(土)～10月11日(金)		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	10月12日(土)～10月18日(金)		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	10月19日(土)～10月25日(金)		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	10月26日(土)～11月1日(金)		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	11月2日(土)～11月8日(金)	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	11月9日(土)～11月15日(金)	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	11月16日(土)～11月22日(金)	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	11月23日(土)～11月29日(金)	苦手なクラブを克服しよう 色んなクラブを打つ	打てないクラブを練習しよう 苦手をなくそう!	
10	11月30日(土)～12月6日(金)	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?	
11	12月7日(土)～12月13日(金)	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 かっこよく打てるかな?	
12	12月14日(土)～12月20日(金)	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	
13	12月21日(土)～12月27日(金)	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。