

2020年 第2期 ゴルフスクール カリキュラム一覧表

2020年3月30日(月)～2020年6月28日(日) 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 (70分パーソナルレッスン)		スタートベーシック (70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	ミニイベント		
1	3月30日(月)～4月5日(日)	↑		最初の第一歩 正しいグリップと目標設定	ゴルフとは？ 目標を決めよう
2	4月6日(月)～4月12日(日)			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
3	4月13日(月)～4月19日(日)		パター戦	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
4	4月20日(月)～4月26日(日)			フォームの確認・ボールの方向チェック スイングチェックと弾道チェック	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	4月27日(月)～5月3日(日)			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	5月4日(月)～5月10日(日)	パーソナル レッスン	アプローチ戦	パターの練習 パターに大切なこと	パターで大切なこと パター練習
7	5月11日(月)～5月17日(日)		ラウンド練習	テンポとリズムがタイミングを生みます テンポ・リズム・タイミング	テンポとリズムとタイミング リズムよく打とう
8	5月18日(月)～5月24日(日)			クラブによって立つ位置が変わる クラブ別のアドレス	色々なクラブを打ってみよう クラブ別のアドレス
9	5月25日(日)～5月31日(日)	↓	ニアピン	苦手なクラブを克服しよう 色々なクラブを打つ	打てないクラブを練習しよう 苦手をなくそう！
10	6月1日(月)～6月7日(日)			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	6月8日(月)～6月14日(日)			フォームの確認・ボールの方向チェック スイングチェックと弾道チェック	自分のスイングを見てみよう かっこよく打てるかな？
12	6月15日(月)～6月21日(日)		ドラコン	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	6月22日(月)～6月28日(日)		ラウンド練習	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

◇レッスンの優先順位を安全・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。