



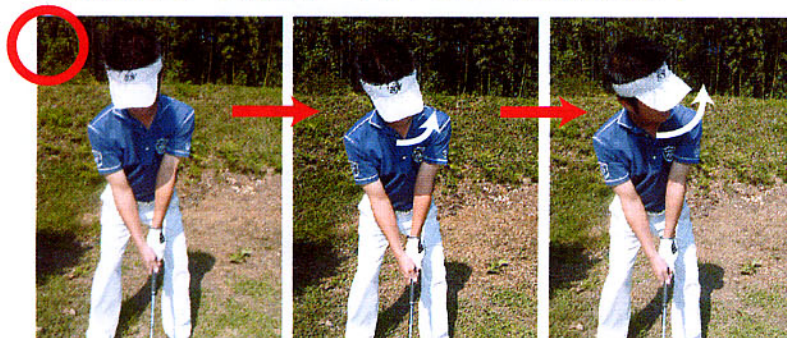
アドレス時にしっかりと目標を向く方法 あなたはしっかり「スクウェア」にアドレスしていますか？

ゴルフ場で目標に対してスクウェアにアドレスすることができるためには「正しい首の動かし方」をマスターすること。「正しい首の動かし方」をマスターするためには練習時から練習することが大事。

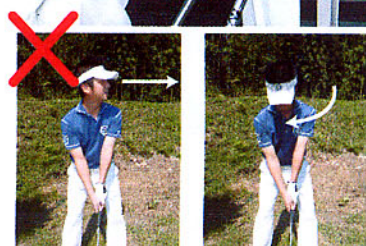
ボールと目標とを結ぶラインをイメージしてそれをたどりながら目標を見ること。その逆にターゲットをいきなり見てはダメ。



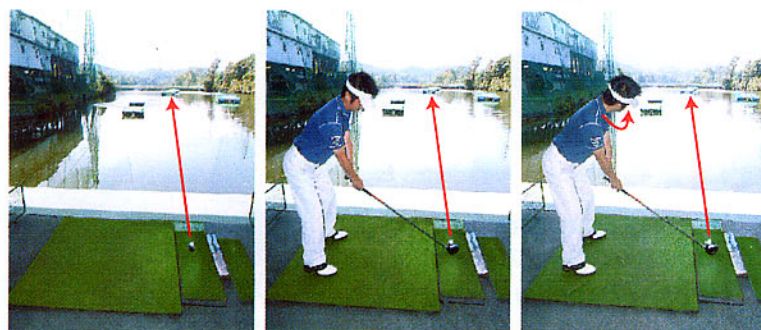
JJG所属プロ
今井純太郎



イメージしたラインに沿って首を回転させるように動かす



目標を先に見てはだめ！

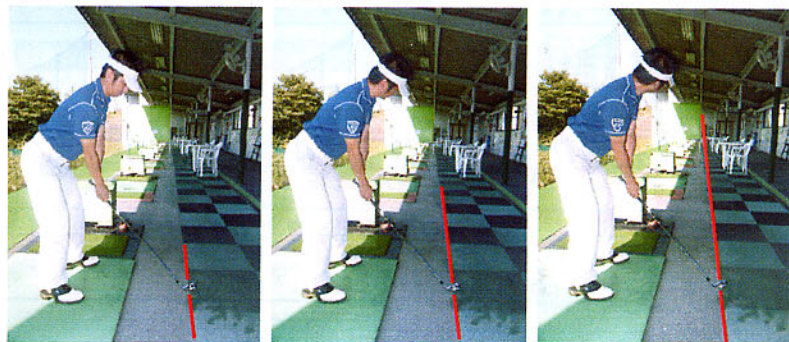


(飛球線後方から) イメージしたラインに沿って首を動かす。

練習場で練習する時にその打席がどこを向いているか確認する。それを確認後その打席にスクウェアにアドレスして上記の首の動かし方をするることにより、首の動きが一定になり、正しい目標確認が出来るようになる。

ゴルフ場で分からなくなったら、まっすぐなラインがあるところを見つけ、上記のことをすることにより修正できる。傾向的にフックボールが多い人は目標より右を向きやすく、スライスボールが多い人は目標より左を向きやすい。

ゴルフの場合、スクウェアにアドレスできなければ、上記のことが(ボールの飛び方、フック、スライス)が治らず、ひどくなる可能性が強い。



今までのゴルフレッスンを<http://www.jjg.jp/>にて紹介させて頂いております。また、ゴルフ雑誌「EVEN」に私のゴルフレッスンを連載して頂いています。Golf Now 読者の皆さんにもきっと何かのヒントになると思いますのでよろしかったらご覧ください。

今井純太郎 プロフィール

6年間アメリカにて今田竜二プロと共にコーチのリチャードエイベル氏に学ぶ。岡本綾子プロの師マイク小西氏、サンディエゴゴルフアカデミーにてゴルフスイング理論を学ぶ。2006年度ティーチング生徒2名がJPGA,JLPGAプロテストを受験し、共に合格。

ゴルフ雑誌「EVEN」月刊ゴルフダイジェスト 中日スポーツ等にレッスン記事執筆中。

