

# 多摩川ジュニアクラス レッスンテーマ

## スクールの流れ(60分)

5分 準備運動と体の動かし方

25分 打席でのショットレッスン

30分 アプローチ場や練習グリーンでのレッスン

月	項目	1週目	2週目	3週目	4週目
4月	テーマ	スイング作り		距離感を養おう	バンカー
	内容	アドレス・グリップ		アプローチ	バンカーショット
	使用クラブ	7I		PW・SW	SW
5月	テーマ	スイング作り		距離の打ち分け	パター
	内容	クォータースイング・ハーフスイング・スリークォータースイング		アプローチ	セットアップ・ストローク
	使用クラブ	7I		PW・SW	PT
6月	テーマ	スイング作り		距離の打ち分け	<b>検定会</b>
	内容	クォータースイング・ハーフスイング・スリークォータースイング		アプローチ	
	使用クラブ	ドライバー・7I		PW・SW	
7月	テーマ	スイング作り		傾斜	パター
	内容	フルスイング		つま先上がり・下がり	距離感を養おう
	使用クラブ	ドライバー・7I・PW		SW・PW	PT
8月	テーマ	スイング作り		傾斜	ルール・マナー
	内容	リズム・テンポ		つま先上がり・下がり	コース内で起こりやすいルール・マナー
	使用クラブ	ドライバー・7I・PW		SW・PW	各種
9月	テーマ	スイング作り		ランニングアプローチ	<b>検定会</b>
	内容	距離を測ってみよう		10ヤード、20ヤード	
	使用クラブ	ドライバー・7I・PW		7I・9I	

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ざいます。