

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
10月	テーマ	スイング作り		距離の打ち分け	様々なシチュエーションでの打ち方をマスターしよう
	内容	アドレス・グリップ		アプローチ	サーキット
	使用クラブ	7 I		PW・SW	PW・SW
11月	テーマ	スイング作り		高低の打ち分け	様々なシチュエーションでの打ち方をマスターしよう
	内容	足をしっかり使ってスイング		アプローチ	サーキット
	使用クラブ	7 I		SW	PW・SW
12月	テーマ	スイング作り		バンカー	検定会
	内容	ミート率を上げよう		バンカーショット	
	使用クラブ	ドライバー・7 I		SW	検定級に合わせたクラブ
1月	テーマ	飛距離アップ	アプローチ	傾斜	様々なシチュエーションでの打ち方をマスターしよう
	内容	フルスイング	・セットアップ ・距離の調整	左足上がり 左足下がり	サーキット
	使用クラブ	ドライバー	PW・SW	PW・SW	PW・SW
2月	テーマ	ウッド	アイアン	傾斜	ルール・マナー
	内容	FW・UT	アイアン	つま先上がり つま先下がり	コース内での ルール・マナー
	使用クラブ	FW・UT	各種アイアン	PW・SW	テキスト
3月	テーマ	スイングチェック	バンカー	課題を確認	検定会
	内容	スイング撮影	バンカー	各自課題	
	使用クラブ	ウッド・アイアン	SW	好きなクラブ	検定会に合わせた クラブ

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。