

スイングは、書道で字を書く様に!

ほとんどの方は、書道をされた事がありますよね。

私は、祖父が書道家だった事も昔からとても書道に興味を持っておりまして。ゴルフを行う様になり、とても書道はゴルフに似ているなど考える様になりました。

まずは、効率良く動く為の構え。字を書く際も構え方がとても大切です!

2つ目に、呼吸です。呼吸が整っている状態でなければ、良い字を書く事も良いスイングを行うことも出来ません。これはとても重要です。

3つ目に、文字の形や流れ、筆の運びや動きをしっかりとイメージ出来ていなければ望んでいる文字を書く事が出来ない様に、スイングも打ちたい球筋、身体の動きクラブの動きをイメージ出来ていなければ望むスイング、球筋は表現出来ないのです。

自信に満ち溢れた構え! 優しい字を書きたいのか? 強くて太い字を書きたいのか? 柔らかくて勢いを抑えたアプローチを打ちたいのか? 地を這う様な力強い伸びのある玉を打ちたいのか? イメージを強く持つことで身体全体に意識が集中されると考えます。

よく、練習中に「考えすぎた!」と口にされている方を目にします。これは実は、習字で言えば見本を見ながら写し書きしている状態によく似ています。一筆一筆、見本を見ながら書いている様なもので、考え過ぎているというよりは、文字全体のイメージが持てていない事に問題があるのです。

考えることは、とても大切な事です。しかし、考えた事をイメージに転換していなくては、あまり考える意味がなくなります。身体を動かしていく右脳を活性化する為にも、イメージを大切にしましょう。

もし、本気でゴルフに取り組んでいる方が調子が悪く悩んでいるとしたら、習字の道具を引っ張り出してきて一筆書いてみることはとてもお勧めです!



志村 博康プロ(しむら ひろやす)
スイングファクトリー代表。高校卒業後アメリカ・サンディエゴに渡米し、USPGAプロのバトリック・E・シヨウ氏に師事し、最新のゴルフ理論を学ぶ。カリフォルニアミニツアーにも参戦。
現在、よしみねゴルフクラブ(京都市西京区)にて完全個人指導にこだわったマンツーマンレッスンを実施。



楽しいゴルフも「知らなかった」「うっかり」で思わぬペナルティを受けるケースが時折見受けられます。マナーと共にルールもしっかりマスターして楽しくプレーしたいものです。

参考: 社団法人日本ゴルフトーナメント振興協会「ゴルフルール早わかり集」より

ドロップ(II)

誤った方法でドロップした

Q ドロップするとき球を肩の高さより高い所からドロップしました。この場合、罰を受けますか?

A 誤った方法でドロップしたり、規則で認められない人がドロップしてもストロークする前であれば罰なしに訂正することができます。訂正せずにストロークした場合は1打の罰を受けます。



ドロップした球が携帯品に当たる

Q ドロップしたら地面に置いてあった自分のクラブに当たってしまいました。この場合、罰を受けますか?

A ドロップした球がプレーヤーの携帯品に当たっても罰はなく、再ドロップしなければなりません。再ドロップした球がまた携帯品に当たった場合は、さらにドロップしなければなりません。



ドロップした球がマークしてあったティーに寄りかかって止まった

Q ドロップした球が救済のニヤレストポイントをマークしているティーに寄りかかって止まりました。この場合、再ドロップしなければなりませんか?

A 球の位置やドロップする範囲をマークするために使用しているティーは携帯品ではないので、球は動かせる障害物に寄りかかって止まったこととなります。従って再ドロップではなく、ティーを動かすこととなります。ティーを動かした結果、球が動いた場合は罰なしにリプレースしなければなりません。

売却 コースがございましたら、ご希望価格をお知らせ下さい。

C.C.		万円
G.C.		
C.C.		万円
G.C.		

購入 コースがございましたら、ご希望価格をお知らせ下さい。

ゴルフ場名	種別	ご希望価格
	個人・平日 法人・婦人 ()	万円
	個人・平日 法人・婦人 ()	万円

●知人、友人のご紹介がございましたら、お知らせ下さい。

フリガナ		年齢	
お名前			オ
ご連絡先	〒	電話()	-
売却・購入 (どちらかを○で選んで下さい)	ゴルフ場名	希望価格	

●ご相談、お問い合わせがございましたら何でもご記入下さい。

お問い合わせ欄