

平成24年度ゴルフスクールシラバス

	実施日	場 所	実施内容
第1日目	平成24年 5月25日(金) 9:00~12:00 13:30~16:30	関西大学 堺キャンパス	<ol style="list-style-type: none"> 1 左軸感覚スイングの説明。 2 レッスン受講前のフォームを運動解析装置で撮影し、各受講生のスイング解析を行う。 3 各受講生とのミーティングを実施する。浜田プロのフォームとの比較照合を行い、各受講生へのレッスンポリシーを明確にする。 4 4日間の目標をイメージし、浜田プロより指導レッスンを受け、スクール期間中の各自の自宅でのトレーニング方法等を確認する。
第2日目	5月30日(水) 9:00~12:00 13:30~16:30	阪神ゴルフセンター 住之江店	<p>浜田プロより実打のレッスンを受ける。浜田プロの提唱する「左軸感覚スイング」を理解し、左軸感覚をつかむ。 (詳細)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 左軸感覚スイングのためのアドレス。 2 クォータースイング・ハーフスイングで腰→肩の正しいからだの動きの順序を学ぶ。 3 正しい重心移動を学び飛距離を伸ばそう。 (左足スイングドリル) <p>休憩</p> <ol style="list-style-type: none"> 4 ハーフスイングからフルスイングへ。 5 腰→肩→肘→手首の使い方と動きの順序を学ぶ。(ストップモーション・ドリル) 6 スイングスピードを上げるための正しいタメを理解し実践する。
第3日目	6月15日(金) 9:00~12:00 13:30~16:30	阪神ゴルフセンター 住之江店	<p>左軸感覚の個人ごとの理解状況に応じて、種々のドリルを織り交ぜながらレッスンを受け、左軸感覚の神経回路を創ることに集中する。主観と客観のずれを理解し、頭の理解からからだの理解へ移行する。 (詳細)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 クォータースイング・ハーフスイング・フルスイングでの復習とスイングチェック。 2 クラブを替えての左軸感覚スイングの実践。(クラブの機能説明) 3 FWでのクォータースイング・ハーフスイング・フルスイングの実践。 <p>休憩</p> <ol style="list-style-type: none"> 4 1Wでのクォータースイング・ハーフスイング・フルスイングの実践。 5 SW・AWでのアプローチショット。 6 距離に応じたスイング幅とからだの使い方。
第4日	6月20日(水) 9:00~12:00 13:30~16:30	関西大学 堺キャンパス	<ol style="list-style-type: none"> 1 運動解析装置でレッスン受講後のフォームを撮影し、レッスン受講前のフォームと比較し、レッスンの効果を確認する。 2 スコアメイクについて、浜田プロからレッスンをうける。