



オージー流ゴルフのすすめ



日本で8年以上ゴルフを教えた経験のあるクレイグ氏が、皆さんの質問や悩みにお答えします。

第21回 トラブルショットのコツ その①



練習場はいつも平らで打ちやすい状況ですが、実際のコースではそうはいきません。今回と次回はスロープのあるときの打ち方についてお話します。今回は「左足上がり」と「左足下がり」。どちらも都合上、右利きの場合で説明します。

まず、斜面で打つときの基本は、スロープと平行になるように構えることです。そして、スイングを安定させるためにフルスイングはせずに3/4の力で打ちます。また、通常ボールの位置はやや左足寄りですが、斜面で打つときはセンターに持ってきます。これはどんなスロープの場合でも同じです。

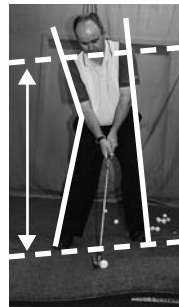
「左足上がり」の場合、ボールは下から上に打つと同じことになり、弾道は自然に上に伸びて高くなるので、クラブは2クラブアップします。たとえば150mは飛ばしたいから、通常は7番アイアンを使うところですが、5番アイアンにするということです。そして、スロープと平行に構えると、どうしても右肩が下がるので、右足に重心がかかりやすくなりますが、ここでも基本の「逆Kの字」を思い出し、

左足に重心をかけるようにしましょう。インパクト時に体重が右足に残っていると、ダフリや空振りをしやすくなります。

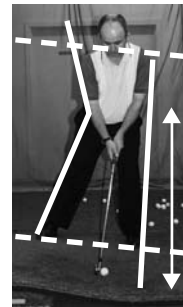
「左足下がり」の場合、ロフトが立った状態で打つことになるので、弾道は低くなります。ですから、クラブは2クラブダウンします。

構えは左足に重心がかかりやすいので「逆Kの字」がキープしやすく、スロープに沿って自然に振り下ろせば、大丈夫です。

来月は「つま先上がり」と「つま先下がり」のときの打ち方です。



左足上がり



左足下がり

www.ausasiagolf.com