

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32回 ターゲット線に 直角にするには その2

先月号で、インパクトの瞬間に、ターゲット線にクラブフェイスを直角に当てるのは難しく、それよりも、スイング中に両肩を結んだ線にクラブフェイスが直角になるようにしていれば、自然に直角に当たるようになるというお話をしました。スイングも当然動きが早いので、できるだけシンプルな動きにしたほうが、インパクト時も正確さをキープできます。今回はその練習方法を教えます。

写真①②は、クラブを持たずにやる方法です。手の平をクラブフェイスに見立て胸の前で合わせ、右手を体の脇まで引いてみます。拍手を

Craig Roberts

オーストラリア・ゴルフ指導者連盟会員 (AGTF)。世界ゴルフ指導者連盟会員。

World Golf Teachers Federation Top 60 coaches 2006。Hays International College Golf Academyのチーフコーチに就任。

するように、胸の前に戻します。

写真③④は、クラブを短く持って行います。クラブフェイスが両肩を結んだ線に直角になるように、スイングします。①②の手の平とクラブフェイスの面が同じことに気が付くでしょう。

どちらも鏡の前で確認しながらやると効果的です。

これらを繰り返し練習しておくで、セットアップ、スイング、インパクトと動きがスムーズになり、自然にクラブフェイスがターゲットに直角に当てられるようになるでしょう。

