

4スタンス理論を活用したゴルフスクール

GOLF ELEVEN

■ 4スタンス理論とは？

人の身体の動かし方は、みな同じではない！

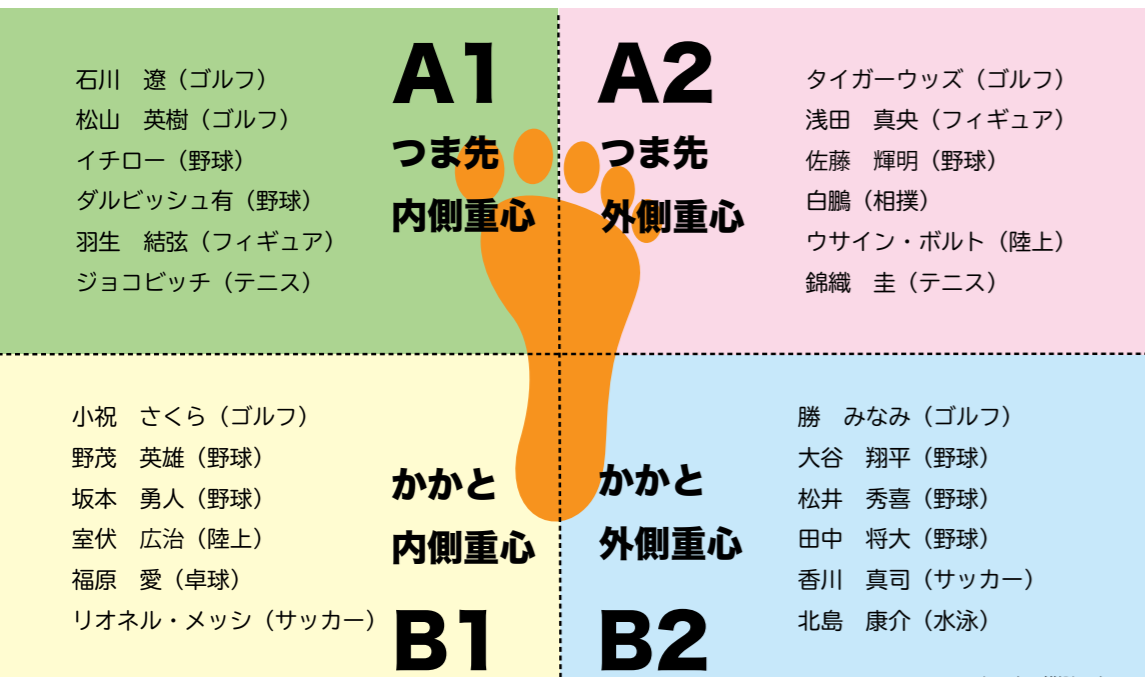
人の身体特性は4種類存在するのです。

これは、血液型が何種類もあり、人それぞれ生まれつき決まった血液型を持っている、ということと同じで、人は誰でも4つのタイプに分かれています。

それぞれタイプによって、おなじ立つ、座る、歩くといった行為でも、厳密にみると身体の形、動かす各部位の順序などが異なっています。これを整理して解説するのが「4スタンス理論」です。

重心のかかり方4タイプ (※アドレスの重心ではありません)

人の身体は以下の4つに分類されます。このタイプは天性のもので、トレーニングや練習などで変えることは出来ません。また、「A」と「B」の中間、「A」よりの「B」など曖昧な分類もありません。すべて下記リストの4つに分類されるのです。



もし、あなたが『B』タイプであれば、『A』タイプの人からいくらアドバイスされても上達はしません。もちろんその逆も同じです。

一般的なゴルフレッスンやゴルフ指南書で理想とされているスタンスやクラブの握り方・スイングまで、ほとんどのものが『A』タイプが理想とされています。従って、『B』タイプの人はいくら練習しても実行するのが難しいのです。

『うまく当たらない』『飛距離が出ない』などお悩み問題はたくさんありますが、『こうすればできる』という回答は、身体のタイプによって違うのです！

今まで間違った練習をして、問題の克服や上達のチャンスを逃していませんか？

ゴルフイレブンでは、4スタンス理論のタイプを全て理解し、タイプ診断のできるマスター級トレーナーがあなたに合ったゴルフレッスンをご提供いたします。



Lesson Point

Point1. 天候を気にせず快適に楽しくレッスン
全天候型練習場なので、いつでも快適。雨の日も、風の強い日も気にせずレッスンできます。



Point2. 実践に繋がるレッスン
普段は室内野球練習場として使用している室内は幅17ヤード、長さ19ヤード、高さ8ヤードと十分な広さ。この空間を活かしたアプローチやロングパットの練習など実践に大事な距離感を養え、スコアの安定に繋がります。



Point3. 少人数制で分かりやすいレッスン
初心者から上級者まで、一人一人に合った分かりやすいレッスンを提供いたします。お子様も大歓迎！

Lesson Content

- Step1. カウンセリグ**
お客様のお悩みの点や目標をおうかがいします。
- Step2. チェック**
骨格の可動域を確認し、お客様に合ったスイングを判断いたします。
(グリップ・スタンス・スイングプレーンなどチェック)
- Step3. 改善**
お客様の目標、達成希望期間、練習頻度等からクリアしていく課題の優先順位を元にメニューを決定。
- Step4. 再確認**
レッスン各回毎に課題クリア状況を記録し、確認をしてから次のステップへと進んでいただきます。

Lesson Fee

- グループレッスン 1時間/1回
4回分 ¥12,000- : 有効期限 2ヶ月
- 学生レッスン 1時間/1回 月謝制
小学生 ¥6,600- : 4時間/1ヶ月
中学生 ¥7,700- : 4時間/1ヶ月
高校生 ¥8,800- : 4時間/1ヶ月
大学生 ¥9,900- : 4時間/1ヶ月
- 体験レッスン 1時間/1回
¥3,300- (おひとり様1回限り)
- プライベートレッスン、ラウンドレッスンも
随時受付中! お気軽にお問い合わせください。