

第41巻スイング動作の基本用語

パークゴルフを初めたばかりの人には、スイングという言葉すら判らないという人が多数います。講習会でも、クラブをセットして、テークバックしてください。きちんと芯に当たるようにインパクトしてください。フォロースルーでインまたはアウトに上げないで！フィニッシュのクラブの位置はここですよ等、初心者にとって判らない言葉がたくさん出てきます。この巻では、スイング動作に関する基本用語について解説します。ここで紹介する以外にも多くの名称が存在しますが、下記の7つの名称を覚えていれば十分講習会に参加しても理解できると思います。

基本用語と、其々の注意点を記載しましたので参考にしてください。

スイング動作に関する基本用語（下記の一連の動作をスイングといいます）



① アドレス



② テークバック



③ トップ



④ ダウンスイング



⑤ インパクト



⑥ フォロースルー



⑦ フィニッシュ

① アドレス



スイングを開始するための姿勢をつくる行程をアドレスといいます。

② テークバック



スイングを開始して、クラブを上げていく動作のことをいいます。

③ トップ



テークバックが終了し、クラブが最も高い位置にある状態をいいます。

④ ダウンスイング



ダウンスイングは、クラブと腕のV字が飛ばしのカギ！
タメができて飛距離が出る。

トップからクラブを下ろし、ボールに当たるまでの動作のことを言う

⑤ インパクト



芯にキチンと当てることが大事！ヘッドアップしないで
ボールから目を離さないこと！

ボールがクラブのフェースに当たった瞬間のこと

⑥ フォロースルー



すぐクラブを上げて、フィニッシュの形はとらない。
低く、長くクラブを出すことがポイント！

ボールを打ち出してから振り終えるまでの動作のことをいう

⑦フィニッシュ



スイングが終了したときの体勢をあらわす言葉



距離によりフィニッシュのクラブ位置も変わる。

