

第17巻 スコアアップのための秘訣 Ⅲ章

スコアの50%はアプローチとパターで決まります。この章では、アプローチとパターのポイントを検証してみたいと思います。詳しくは、各巻の項目別レシピをご覧ください。この章では、違う角度からのアプローチ、パッティングを考えてみたいと思います。

ラフからのアプローチは落としどころを最優先に考えよ。

ショットの距離感は、バックスイングで自分を時計になぞって8時まで上げるとか9時まで上げるとか、腰まで上げるなどで決めていました。しかし、ラフからのフォロー打ち、ロブショットによるアプローチの距離感は、フォロースルー（ボールを打ったあと振り切る動作）で距離を考えた方がうまくいきます。落としどころを決めてそこにボールが行くようにする。それには、バックスイングの大きさではなくフォロースルーの大きさ重視の方がうまくいくということです。例えば、新聞紙を丸めてごみ箱に下手投げで入れる場合に手をどの位置の後ろまで引くかなど考えませんよね。ごみ箱の距離により身体から前方への手の振り幅が変わります。それには落としどころにボールを運ぶ意識があるとフォロースルーの大きさは後からついてきます。その距離感は反復練習で掴むしかありませんが、コース外の空きスペースでも練習は出来ます。時間をさいて練習してみてください。



30 ㊦以内のフェアウェーからの寄せはロングパットの要領で

30 ㊦以内で、フェアウェーの芝がキチンと刈られている場合の寄せは、**パターのロングパットの要領**で打つとうまく行く場合があります。ボール位置は両足の中央付近の方が良い転がりになるでしょう。上からヘッドをぶついたり、すくって打ったりしてはいけません。振り子スイングが良い結果を出すポイントです。距離は、パターの距離と同じでテイクバックの大きさで考えます。例えば 30 ㊦の距離なら右足つま先までとか目安をつけて、その応用で攻めます。当然のことながら、フェアウェーの芝が長くて重い場合は、違う打ち方をしなければなりません。時によっては、ラフからのアプローチの気持ちで寄せなければならないような、重い場合もあります。



パターで転がりの良いボール位置は？

パットをするたびに色々な場所にボールを置いて打っている人がいますが、これでは安定したパットはできません。もっとも転がりの良いボールの位置は**左目の真下**です。入らないからといって色々なところにボールを置いて打たないで下さい。常に同じ位置からのパッティングを心がけますと、だんだん入ようになります。また、**体重配分は常に両足 5 分 5 分**にしましょう。芝目に負けない転がりの良いボールは、**順回転ボール**がベストボールです。テイクバックを小さくして、フォローを低く長く取ることにより転がりの良いボールを打つことができます。打ち方、練習方法は、第 10 巻の「パッティングの極意」を参照してください。



ボール位置は左目の真下



体重配分は右足、左足とも 50%

パターの打ち方はテイクバックとフォローとも同じスピードで肩と腕で打ちます

基本的な打ち方は、**テイクバック、フォローとも同じスピードで振る**ことです。もちろん状況によって、別な打ち方もあるわけですが・・・テイクバックをせっかくユックリ引いているのにフォローを速くしたり、テイクバックを速く上げ、ボールにクラブを当ててすぐ止めたりしてはいけません。また、頭や身体や足が動くと、クラブ軌道が定まらずカップインの確率は低くなります。スイング中、**頭も身体も足も動かさないで肩と腕で打ちましょう**。一番動きやすいのは頭ですので一番注意が必要です。ボールに当ててからもまだボールのあった位置を見つづける位の気持ちが良い結果に繋がるでしょう。ダメな打ち方は手打ち、手首を使う打ち方、頭、身体、足の動くパッティングです。詳しくは、第 10 巻の「パッティングの極意」に掲載していますので参照してください。



テイクバック、フォローとも同じスピードで振りましょう！

スタンスはどうする？まっすぐ打つには？

「パットに型なし」とは、ゴルフでもよく言われます。要はカップインすれば良いわけです。両足を閉じて、開いてもオープンスタンスでも、スクエアスタンスでも、一番入る確率の型が良いわけです。しかし、**基本型はやや足を広げたスクエアスタンス**です。オープンスタンス、クローズスタンスの場合ヘッドを真っ直ぐ引いて真っ直ぐ出すためのガイドが無いのでテイクバックをどこに引いたら良いか難しいのです。**スクエアスタンスの場合、自分の両足と平行にテイクバックさせることで真っ直ぐ引くことが容易**です。まずこのスクエアスタンスでプレイしてみてください。それで、どうしてもダメな場合オープン、クローズスタンス等を試してみてください。



スクエアスタンス



オープンスタンス

ロングパットの場合は？

ロングパットの場合、色々な距離感の出し方があります。私が実践で多用している方法は、ハンドファースト（構えたとき、握ったグリップが左ヒザ側の方に傾く）に構えボール1個分中央側に置き、少しかぶせ気味にボールを当てて転がりの良い打ち方（第10巻パッティングの極意参照）をしています。また、逆にパークゴルフボールは大きいのでボールの上っ面に当てて順回転ボールを打つ方法もあります。（ボールの中央より若干上）また**フォローの大きさで距離感を掴む方法もあります**。まず、アドレスをとり、構えに入り、クラブを上げて目標を見ながら右手1本でこの距離ならこれくらいのフォロースルーが必要だなと考え頭に入れておきます。その後、想定したフィニッシュの位置までクラブを上げて打っていきます。ロングパットでの距離感の出し方のひとつとして覚えておくと良いでしょう。



目標を見ながら右手で距離を想定する。