

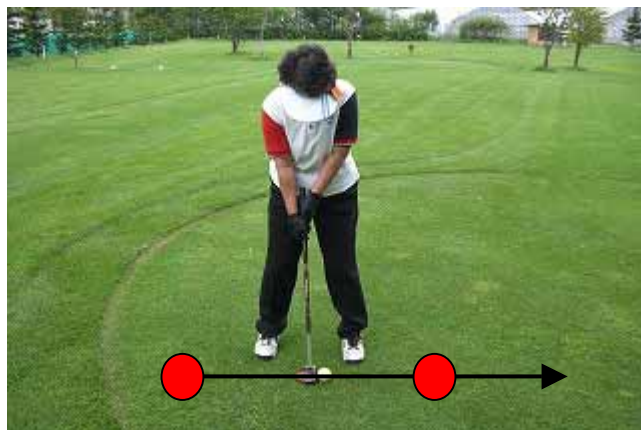
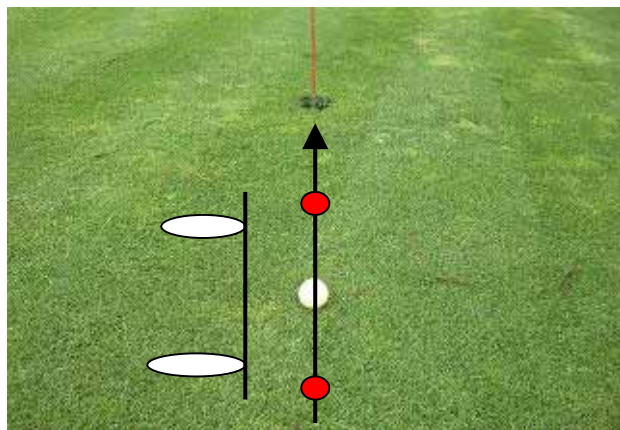
第23巻 パークゴルフ上達Q&A VI章

1、パッティングで悩んでいます。短い距離でも、入りません。どうしたらパッティングが上手くなるか教授ください。

パッティングで、一番入らない要因は、正しく目標方向にアドレスが出来ないということが上げられます。ほとんどのプレイヤーは目標方向に対して右を向く傾向にあります。まず、正しいアドレスが取れるように訓練する必要があります。

「注意点」

○ ルーティン(打つ前の手順のこと)が大事です。必ず、ホール(カップ)とボールを結んだ後に立ち、ボールの前後 30cm くらいに目印を見つけその仮想ラインに平行に立ちましょう。



ボールの前後 30cm (赤) にスパットを見つけその仮想ラインに平行に立ちます。
(白抜きが足の位置)



このように大きく右を向いても解からないケースが多く、大半がカップの右に外す人はほとんどの場合このケースです。おかしいなと思ったら、クラブを足の前に置き、アドレスを解き後からクラブの方向を見て下さい。



目標方向に正しくアドレスされています。

○ アドレス(構え)に入るときは、右足から構えに入りましょう。左足から構えに入った場合、往々にして左肩が被さり右方向を向きます。



右足から構えに入り、左足を決めます。

左足から構えに入ると左肩が被り右方向に向きやすい！

○ アドレスに入ったら、ボールを見る目は右目(右利きの場合)で見ましょう。左目を見た場合、右方向を向く原因となります。



左目を見た場合、左肩越しにボールを見るため左肩が被さり、右方向を向きやすい。右目で見るとそれはない。

○ ホール(カップ)から2クラブ以内のボールは、お先にと打つことができる。同伴者の邪魔にならない場合そのまま置いておく事ができる。マークしてボールを取り上げることができる。

三者択一できるルールになっています。100%入る距離はお先に打ってください。しかし、その距離以外は全てマークした方が良い結果を得ることができます。まず、ボールを拭くことができますし、**ボールのロゴ(メーカー名、模様等)とホール(カップ)を結んでアドレスすると正しいアドレスが取りやすくカップインする確率が高まります。**



カップから2クラブ以内のボール



リプレイスするときは、ロゴをカップに向けて……