

第31巻パットは左腕主導？右腕主導？

先日の講習会で、「パッティングは、左手主導？右手主導？」という質問がありました。実際パットの打ち方は、多種多様です。パターの上手な人に共通していえることは、振り子のように肩と腕を動かして、手首を使わず、手に力を入れず、クラブをローリング(クラブヘッドが回る)させないで、真っ直ぐクラブヘッドを出せる人が多いようです。

振り子の原理でパットをするときに左手主導なのか、右手主導なのかと、迷うことがあるかもしれません。リードの仕方は下記の3種があると思いますが、検証してみましょう。

1、左手主導

左腕でパターを引くようにストロークした方が手首の動きを抑えることができるし、**ストロークは「押すよりも引く方が」安定するという考え方**によるもののようです。ストローク中に手首が折れると引っ掛けの原因になるし、芯を外す要因にもなるので「まずい」と考え、右腕主導で押す力で打つことを嫌って「左手主導」で打っている方が多いようです。(かなりの人がこのタイプ)

(短所)

ロングパットの場合、弱くなってしまうことがある。



手首を使わず左手主導で

2、右手主導

あるスポーツ紙で見たのですが、タイガー・ウッズは、「パットを打つ時は、左手主導、右手主導の両方使うときがあるが、**繊細なタッチを出す場合は、右腕主導の方が良い**」とっております。最近増えている右手リード派の一人とされています。

右手主導で打つ場合は、手首をどれだけ固定させることができるかが課題になります。ロングパットの場合手首がかえりローリングしてしまうことがあります。左手を固定させ、折れ曲がったり手首がかえらないように注意する必要があります。



繊細なタッチを出すため右手主導で!

3、両腕で均等に力を入れる

両腕に均等に力を入れた方が良いという人もいますが、両腕に均等に力を入れるということは非常に難しいことで、どちらかに力が偏るのではないかと思います。仮に偏らないで均等に力を入れられた場合、左手主導、右手主導の両方の長所、短所がでると思われま

「結論」

パッティングのスタイルは、何種類ものスタイルがあり、握り方も無限にあるため**左右の腕のリードのどちらが正しい**ということはいえない。言ってみれば「違和感なくスムーズにストロークできて入るパット」が良いパットといえる。

従って、左手主導、右手主導という固定観念にとらわれず自分で打ちやすい方でリードをすれば良いのですが、方向性が大事な比較的距離が短くストレートなラインは、左手主導、距離 や微妙なタッチが重要な(ロングパットや曲がるライン)ラインは右手主導で打ちわけるとい

パットの名手の多くは、クラブを**軽く握っている**人が多いように見受けられ、パチンとヒットする人よりも、手、腕の力をあまり使わないでストロークするスタイルの人が多

いようです。(パチンと打つ場合、若干フェイスの面が狂うことがあったり、打ち方が強く入りすぎたり弱すぎたり一定しないためカップインしにくく、ゆっくりストロークする人はストローク軌道が狂わないため、それが無いと思われる)グリップの握り方も、考慮してほしいと思

います。軽く握るということを前提に考えて欲しいのですが、一般的には強く握った方の腕がより関与しやすいわけだから、左手でリードしようとした場合、左手を若干強めに握る。右手リードの場合

