

11月 イベント カレンダー

水 木 金 土

5 無料巡回 14:30~15:15 速山P スナック 無料教室 10:30~11:00 15:00~	6	7 無料巡回 22:30~23:30 速山P スナック 無料教室 10:30~11:00 15:00~	8 無料巡回 14:00~15:00 小林P スナック 無料教室 10:30~11:00 15:00~	9	10	11 無料巡回 13:30~15:30 速山P スナック 無料教室 10:30~11:00 15:00~
12 無料巡回 14:30~15:15 速山P スナック 無料教室 10:30~11:00 15:00~	13	14 無料巡回 22:30~23:30 速山P スナック 無料教室 10:30~11:00 15:00~	15 無料巡回 14:00~15:00 小林P スナック 無料教室 10:30~11:00 15:00~	16	17	18 無料巡回 13:30~15:30 速山P スナック 無料教室 10:30~11:00 15:00~
19 無料巡回 14:30~15:15 速山P スナック 無料教室 10:30~11:00 15:00~	20	21 無料巡回 22:30~23:30 速山P スナック 無料教室 10:30~11:00 15:00~	22 無料巡回 14:00~15:00 小林P スナック 無料教室 10:30~11:00 15:00~	23	24	25
26 無料巡回 14:30~15:15 速山P スナック 無料教室 10:30~11:00 15:00~	27	28 無料巡回 22:30~23:30 速山P スナック 無料教室 10:30~11:00 15:00~	29	30	食欲の秋	

第24回 アーバード杯の結果は!?

10/19(木) 誠生ゴルフクラブ様で第24回アーバード杯が行われました。強い雨が降る中、みなさんご参加ありがとうございました。今回の優勝者はY-H様でした。優勝商品は誠生ゴルフクラブ様4名無料プレー券です!! キャディー昼食付!! おめでとうございます。次回は記念すべき第25回のアーバード杯です☆盛大に行いたいと思いますのでぜひご参加下さい。開催コースはお楽しみに!!

エチケットルールセミナー

11月25日(土)開催

- 13:00 競技、コンペのエチケット・ルールセミナー
暫定球3番です。それでいいの?
- 15:00 インジョイゴルフのエチケット・ルールセミナー
キャディーさんノーマルティーと言ったら??
秋の日はつるべ落とし。スロープレーは他人への迷惑。

Early Birds Café

肉うどん 610円 750円

あったか
×ニニ
はじめました!!

カレーうどん 610円 750円

トランスショナルスポーツ

28(ニニ)キャンペーン

トランスショナルスポーツ オリジナル 各々28% (11月25日)と12月28日 28% OFFで販売致します。

期間 11/1(水) ~ 11/29(土)

51ヤシロ、もしくは75ヤシロを打ちたいと考える方には是非おすすめです。とても打ちやすく簡単でクラブです。

*ヘッドだけでなく、シャフトも28%OFFとなります。

“LOOP(ループ)シャフト”合同試打会

KBSシャフト

11/8(土) 8:00 ~ 15:00

LOOP(ループ)シャフトは男の子は片爪番、女の子はフェーバーヤシロ、0.5ヤシロが使用できるから信頼されるシャフトで、軽量から重量まで幅広く幅広くラインナップされています。女性シニアから上級者、ハードセンターまで様々な方に打っていただけシャフトにはなっています。KBSシャフトの代表はアイアン用スチールで海外のクラブも使用できるシャフトです。さらに今回新製品でKBS初のUT用カーボンシャフトを試打して頂きました。

癒し流里 けんこう通信

☆前傾時の骨盤角度について☆

よく前傾時に「お尻を突き出して」とか「お尻が高く」と聞きますが、本当はどういう意味か? ご存知でしょうか? 何となく臀部(お尻)…特に一番大きな大臀筋(グロテックス)を後方に突き出す感じにしてしまう事が多いと思いますが、それは間違いです。その大臀筋の奥に深層外旋六筋(インナーマッスル)があり、それを横に広げようとする伸筋と、膝下に大臀筋が上へ押し上げようとする。大臀筋を直接意識すると固まってしま、骨盤が機能しなくなります。内側にある筋肉を意識して横置き、外側にある筋肉は乗っかる使い方にしましょう。

深層外旋六筋(右側)の図

深層外旋六筋を広げるとお尻が上へ押し上げられる