

2022年10月／レッスンタイムテーブル

開講時間	月	火	水	木	金	土	日	祝	
8:00～9:30		休館日				●	●		
8:30～10:00						●	●	●	
9:30～11:00	●		●	●	●				
10:00～11:30						●	●	●	
11:00～12:30	●		●	●	●	●	●		
12:00～13:30							●	●	
12:30～14:00								●	
13:00～14:30							●		
13:30～14:30							●Jr	●Jr	
13:30～15:00	●				●	●	●		●
14:00～15:30	●				●	●			●
15:00～16:30	●				●	●	●	●	
16:00～17:30	●				●	●			●
17:00～18:30				●			●		
17:30～19:00								●	
18:00～19:30				●					●
18:30～20:00	●				●	●			
19:00～20:30				●			●		
20:00～21:30	●			●	●	●			

● : レッスン内容 (90分)

20分・・・コンディショニングトレーニング

(準備体操と可動域拡大)

10分・・・パッティングトレーニング

(1～2mの反復練習)

30分・・・アプローチトレーニング

(20Y・40Y・60Yの反復練習)

30分・・・タスク(課題)トレーニング

(個々の課題形成)

Jr. : ジュニアクラス (60分)

楽しみながら、ゴルフのルール・マナーから基本動作を親切丁寧に指導します。

個々のレベルに合わせて、ステップアップを目指します。