

● 講座名 E16 健康とゴルフ

● 講師 窪田 茂
宮嶋 直 [PGA協会会員]
春名 理砂 [LPGA協会会員]

- 受講料 30,000 円 ※ 本学学生は学割料金で受講できます。
- 時間 9 : 30 ~ 11 : 00
- 持ち物 筆記用具、ゴルフクラブ
- 教材 必要に応じて資料を配布

講座概要 人生を楽しむために必要なことは、健康的な人生を呼び寄せることです。この講座ではアドレスやスイングだけでなく、姿勢、歩き方、呼吸法を学びながら心身ともに豊かな健康ゴルファーを目指して、心の底から楽しめるように初心者も上級者も自然に上達していただけるように指導して参ります。

| 回数 | 日にち | 講義内容 | 教室 |
|-----|-----------|--------------------------|--|
| 1 | 10 / 4 金 | ゴルフを学ぶ基礎講座 *大学で講義を行ないます。 | 151教室 |
| 2 | 10 / 11 金 | 自分の身体で学ぶゴルフスイングの基礎 | つくし野 グラウンド つくし野5-19-3 大学より1.7km |
| 3 | 10 / 18 金 | それぞれのスイング | |
| 4 | 10 / 25 金 | それぞれのスイング | |
| 5 | 11 / 1 金 | それぞれのスイング | |
| 6 | 11 / 8 金 | それぞれのスイング | |
| 7 | 11 / 15 金 | パッティング、それぞれのスイング | |
| 8 | 11 / 22 金 | ショートゲーム、それぞれのスイング | |
| 9 | 11 / 29 金 | ショートゲーム、それぞれのスイング | |
| 10 | 12 / 6 金 | まとめ | |
| 予備日 | 12 / 13 金 | ※休講になった日の内容は予定をずらして行います。 | |