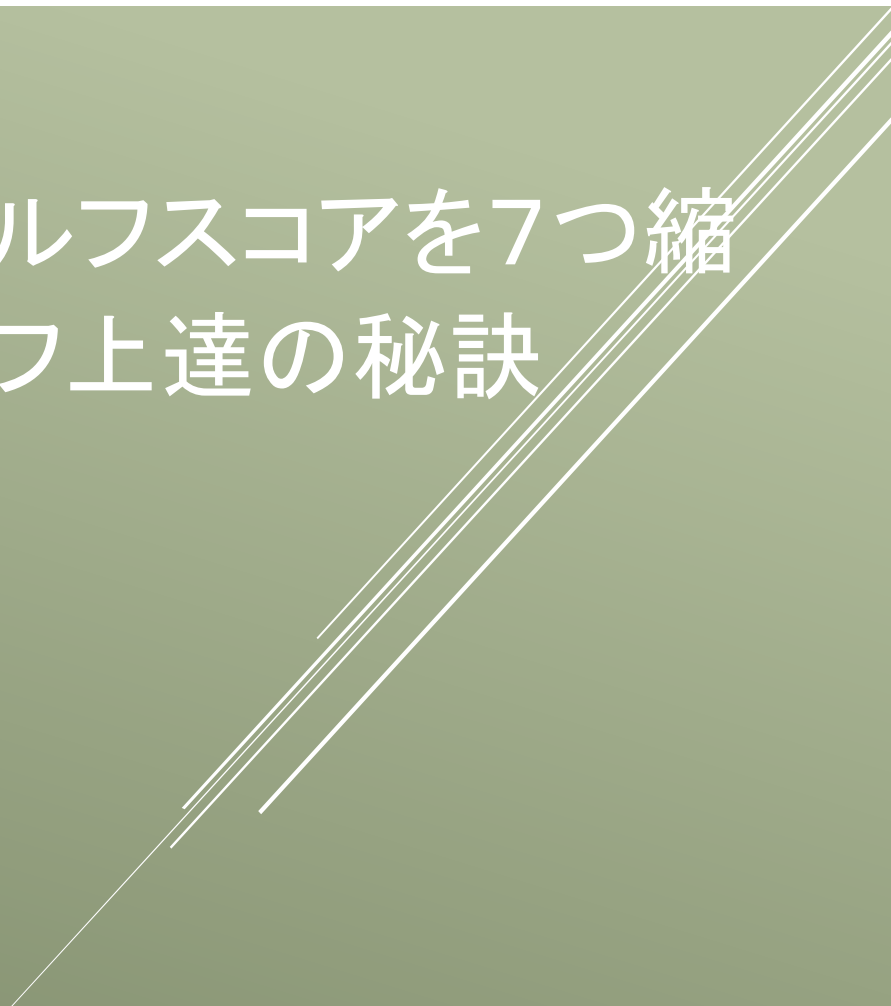


今すぐゴルフスコアを7つ縮 めるゴルフ上達の秘訣



今すぐゴルフスコアを7つ縮めるゴルフ上達の秘訣

From : アオイ

あなたは次のように悩んでいませんか？

「飛距離がでない…」

「ダフリ、トップが直らない」

「フック、スライスが直らない」

「アプローチ、あっとのミスが多い」

「練習場は上手くいくのに、本番ではダメ…」

もしそうなら、この特別レポートがお役にたてるでしょう。

「飛距離アップ」「ショートゲーム」「スライス改善」「アイアンショット」

「コースマネジメント」「メンタルコントロール」など

すぐに使える**スコアアップのコツ**をご紹介します。

著者：アオイ プロフィール

元大学ゴルフ部部員。運営するゴルフメルマガは読者28000名以上。(2016年12月20日現在)個人が運営するゴルフメルマガとしては日本最大の読者数を誇る。34000誌の中から、2006年スポーツ部門まぐまぐ大賞を受賞。



メルマガ読者からベスト更新、エージシュート、飛距離アップなどゴルフ上達の喜びのご報告が多数届いている。

以前は私も「なかなかゴルフを上達できない」と悩んでいたもので、「1人でも多くのゴルファーを幸せにする」をミッションにメルマガ、ブログを運営し「ゴルフ上達のコツ」をお届けしています。

スコア別の重点課題はこれ

最初にスコア別の重点課題をお話します。テーマを絞って練習するために上達するまでの全体像を把握するためです。具体的な方法は後半でご紹介します。

上達するゴルファーは一般的に次のようにステップアップします。

(1) 110切り「ドライバーでボールを捕まえる」

ドライバーのOBが多いと話になりません。スライスしているなら

「スライス改善」を優先します。

ドライバーでボールを捕まえて打てれば、110切りは楽勝です。

調子がよければ100も切れるでしょう。

「ドライバーで大きなミスが少ない」が最初の課題です。

（２）１００切り「アプローチのミス減らす」

ドライバーの次は「アプローチ」です。オールボギーで９０です。

１００を切れない場合はアプローチの大きなミスが原因です。

トップ、シャンク、ダフリ、距離感があわないなど・・・アプローチのミスを減らせば１００切りは楽勝です。

「ドライバーとアプローチで大きなミスが少ない」

これで「１００切り」です。

（３）９０切り「アイアンの精度アップ」

９０切りを狙うには「アイアンの精度アップ」が必要です。

パーオン率をあげてパー、バーディーを狙うゴルフをします。

アイアンの精度をアップすればパーオン率があがります。

９０を切るにはアプローチの精度もアップしたいです。

「アイアンの精度を高める」

「寄せワンを増やす」

これで「９０切り」です。

（４）８０切り「パットを上達」と「ミスのリカバリー」

常に８０台でラウンド出来るようになると「パットの重要性」を実感します。

８０を切るためには、、、

「長めのパットも入れる」

「バンカーに入ってもリカバリーできる」

「チーピン、シャンクのミスショットがでてもラウンド中に調整できる」

などのトータルスキルが必要になります。

■ 飛距離と方向性について

（１）「パーオンできる飛距離」が必要

飛距離が不足していても「アプローチでスコアをまとめる」というゴルフもできます。

ただ、、、ちょっと苦しいゴルフになります。

セカンドショットでいつもFW、UTではパーオンは難しいですね。

スコア９０台で良いなら「アプローチでリカバリー」が良いですが、、、

８０台でラウンドするには「ドライバーである程度とばしグリーンをミドルアイアンで狙える」という飛距離は欲しいです。

（２）狭いコースでは方向性が重要

日本のゴルフ場は狭いコースが多いです。狭いコースでは飛距離よりも方向性が重要になります。

方向性がアップするとパーオン率がふえます。「飛ばしたい時に飛ばす、狭いショットでは方向性を上げる」こんなスキルが必要になります。

長くなりましたが

「ゴルフはスコア別に重要課題がある」

「でも結局はトータルバランスが必要」

ということです。

今すぐゴルフスコアを 7 つ縮めるゴルフ上達の秘訣

次は具体的なスキルアップの要点をご紹介します。

（過去のブログ記事からテーマ別に評判が良かったものを厳選してご紹介します。）リンクをクリックするとブログ記事が表示されます。あなたの課題にあわせてご覧ください。

それぞれに、あなたのスコアを 1 つ縮めるヒントがあります。

ですので「スコアを 7 つ縮める方法」として ご紹介しました。

1 「ドライバーの打ち方」

安定したドライバーショットの打ち方（スウェーを防ぐ方法）

<http://blog.secret-golf.com/archives/52033017.html>

ゆっくり振って飛距離を伸ばす方法

<http://blog.secret-golf.com/archives/52030809.html>

飛距離が出るドライバーの打ち方（早ぶりを防ぐ方法）

<http://blog.secret-golf.com/archives/52037006.html>

2 「アプローチの打ち方」

30ヤード以内の打ち方と距離感の作り方

<http://blog.secret-golf.com/archives/52034575.html>

アプローチの距離感が良くなる「3回素振り」

<http://blog.secret-golf.com/archives/52034454.html>

3 「パットの打ち方」

パターの打ち方、距離感の作り方

<http://blog.secret-golf.com/archives/52007558.html>

3パットを減らすテンポの整え方

<http://blog.secret-golf.com/archives/51992602.html>

4 「スライス改善」

ドライバーの打ち方（スライスを直す緊急対処法）

<http://blog.secret-golf.com/archives/52033209.html>

5 「アイアンの打ち方」

アイアンをダウンスローに打つコツ

<http://blog.secret-golf.com/archives/52009476.html>

6 「メンタルコントロール（ゴルフは気持ち）」

失敗を克服する3つの方法

<http://blog.secret-golf.com/archives/52011426.html>

ラウンド中のプレッシャーを一瞬で克服する方法

<http://blog.secret-golf.com/archives/52016312.html>

7 「コースマネージメント」

（今のスイングのままスコアアップ）

ゴルフで大叩きしない方法

<http://blog.secret-golf.com/archives/52012059.html>

8 その他「悩み別の対策」

フェアエーウッドでボールの頭を叩くならコレを試して下さい↓

<http://blog.secret-golf.com/archives/52036938.html>

175ヤードをワンオンできる？（長いホールの攻略法）

<http://blog.secret-golf.com/archives/52037503.html>

追伸

長いレポートをお読み頂き、ありがとうございました。あなたが今以上にゴルフを楽しめることを祈っております。このレポートがお役に立ちましたら、あなたのゴルフのご友人にもご紹介頂ければ幸いです。

他にも「**ゴルフを上達するちょっとしたヒント**」をこちらでご紹介しています。ぜひご覧ください。

<http://blog.secret-golf.com/>

アオイ

以上