

「ゴルフの上達」と「健康」を同時に実現する 最強のエクササイズ

ゴルフピラティスによる ミスショット撲滅法

飛ばない!!

曲がる!!

トップ、ダフリ..

ゴルフピラティスは、ケガを予防しながら、ゴルフの上達を実現させるエクササイズです。腰痛改善や肩こり解消、そしてダイエットと、健康効果も高いです。今回は、「飛ばない」、「曲がる」、「トップ・ダフリ」といったミスショットの原因をフィジカル面から解説。それを解消する方法をレッスンします。

こんな方は是非お越しを

- ガンガン練習しても一向に上達しない!(>_<)という方
- 飛ばない! 曲がる! 当たらない!(T_T)という方
- 練習の後、カラダがバキバキになる!!(-_-)という方
- ラウンドの後半、疲れてヘトヘトになって当たらなくなる方
- 腰が痛い! 肩が痛い! でもゴルフしたい!! という方
- これからも健康を維持して、長くゴルフを楽しみたい方



●過去のピラティスレッスンの様子です



日程 2020年**3月20日(祝)** 15:00▶16:00

場所 **ヴィクトリアゴルフ藤沢川名店2F(スクール)**
当店入ってスグ左、自販機ヨコの階段でお二階へ

料金 一般の方:2,200円
ゴルフスクール会員:1,100円

定員 **6名様** 定員になり次第締め切ります
※お申込みはお早め!

ピラティス指導
講師 **甘糟 玲奈** (あまかす れいな)
BESJ 認定 Body Element Pilates インストラクター



ゴルフ解説
師 **小森 剛** (こもり つよし)
HSPV公認ゴルフコンディショニング・インストラクター
日本フィットネス協会認定ピラティスインストラクター



お問合せ **Victoria Golf** × **HISAYAMA** ☎ **0466-29-9025**

●「もっと上手になりたい!」って思ったら、お近くのスタッフに「ミスショット撲滅法に参加」と一言

【受付時間】
月曜日 10:00~17:00
火~金 10:00~20:00
土 日 10:00~19:30
祝 日 10:00~17:00