フレイル？それってゴルフのルール？～知らないアナタがいちばんヤバイ！

長月会コンペ

運動　社会参加　栄養　口腔ケア

ゴルフdeフレイル予防～フレイルチェック＆食育セミナー～

第9回 長月会コンペ（GHS／立場＆藤沢川名スクール合同コンペ）

「長月（ながつき）会」って何？

“長月”は旧暦で9月（新暦の9月下旬～11月上旬）のこと。稲を刈り収める時季であるため、「毎年、稲が実ることを祝う」という意味があります。
皆様のゴルフが毎年稲のように実っていくことを願う会、それが長月会です。

日時　2025年 10月13日（月・祝） INコース 8：32スタート

場所　小田原湯本カントリークラブ（小田原厚木道路「小田原西 IC」から約 10 分）

集合　（コースに直接行かれる方）現地 am7：30集合
（車に同乗される方）立場ゴルフ または VG藤沢川名店 am5：30集合 ※交通費は別途

定員　4組16名様　※定員になり次第〆切ります。*お申し込みはお早めに！*

参加費　一般 27,000円／メンバー17,000円（税込）※プレー代・昼食代・パーティ代・賞品代・セミナー代を含む

当日の流れ

ゴルフフィットネス
準備運動は抜かりなく

スタート前レッスン
最終調整に（自由参加）

フレイル予防セミナー
ずっと元気にゴルフを楽しむ

パーティ＆表彰式
仲間と楽しい一時を♪

※写真は過去の長月会の様子です

競技方法　新ペリア方式 ※ハンディキャップの上限はありません
初心者特別ルールあり ※本コース３回未満の方に適用

当日は、私がお話しいたします

【セミナー講師】
今村一恵さん

申込方法　所定の用紙にて、あるいは担当者（小森）に「参加！」と一言

●お問合せ・お申込みは・・

ゴルフハウス湘南（担当：小森）

ゴルフスクールGHS 立場 藤沢川名 ☎045-845-2000

第9回 長月会コンペ ～立場・藤沢川名スクール合同コンペ～

“長月”は旧暦で9月（新暦の9月下旬～11月初旬頃）のこと。「稲が実ることを祝う」という意味があります。皆様のゴルフが、毎年稲のように実ることを願う会。それが長月会です。

日　時　**2025年10月13日（月・祝）8:32 INスタート**

場　所　**小田原湯本カントリークラブ**
〒250-0027 神奈川県足柄下郡箱根町湯本 390-37　☎0460-85-5743
【交通】小田原厚木道路もしくは西湘バイパス→「小田原西 IC」から約 10 分

集　合　**（コースに直接行かれる方）現地 am7:30集合**
（車に同乗される方）立場ゴルフ または VG藤沢川名店 am5:30集合 ※交通費は別途
★コンペ当日は、立場ゴルフ もしくは ヴィクトリアゴルフ藤沢川名店の駐車場が利用できます。

定　員　**4組16名様** ※定員になり次第〆切らせて頂きます。*お申し込みはお早めに！*

参加料金　一般 **27,000円**／メンバー**17,000円**（税込）※参加料金には下記の内容が含まれます。
【内容】１Ｒプレー代（セルフプレー）・昼食代・パーティ代・コンペ賞品代・セミナー受講料
※上記内容に含まれない個人的な飲食やお買物等は、個人精算でお願いいたします。

特別企画　**ゴルフdeフレイル予防講座** ※フレイル予防をテーマに食育セミナーを行います

当日の流れ　**7:30集合 ▶ 8:15集合写真撮影 ▶ 8:32スタート ▶ プレー後入浴等 ▶ フレイルチェック＆予防プチセミナー ▶ パーティ＆表彰式（16時ごろ終了予定）**

申込方法　①過去に参加された方：口頭で担当インストラクター（小森）にお申し込みください。
②初参加の方：下記申し込み用紙を提出 もしくは FAX にて▶FAX 045-845-2005

1．雨天決行です。台風などの極端な悪天候時の場合は、状況に応じて判断します。
2．10月４日以降のキャンセルは、キャンセル料がかかる場合があります。
3．競技は、新ペリア方式で行います。ハンディキャップの上限はありません。
4．本コースのラウンド経験が３回未満の方には、「初心者特別ルール」を適用します。

〈お申し込み〉立場スクール TEL045-845-2000／藤沢川名スクール TEL0466-29-9025
〈企画・運営〉ゴルフハウス湘南　TEL045-845-2000（責任者：小森 TEL090-2414-8442）

【セミナー講師】
スポーツ栄養コンディショニング
アドバイザー／今村一恵さん

キ　リ　ト　リ

【第９回 長月会コンペ＆レッスン 申し込み用紙】※初参加の方のみ

お申し込み日　　年　　月　　日

フリガナ 氏　名	平均スコア	生年月日 年　月　日 ※新ペリアの順位決めに必要です
ご自宅電話　　－　　－	携帯電話　　－　　－	
メール アドレス	メール会員への登録は？ する ／ しない ／ 登録済	
立場ゴルフ 又は ヴィクトリア駐車場のご利用は？　する（車種：　　）（色：　　）／ しない		
通信欄		