

元気ハツラツ! あなたのゴルフを

# 10歳若返らせる方法

特別講座 & ゴルフフィットネス体験会

## ゴルフボディと健康なカラダの作り方 講座 & ゴルフフィットネス体験会

このような方は是非お越しください

- ①ガンガン飛ばしたい! けど腰痛が心配(>\_<)という方
- ②もうトシかな・最近体力の衰えを感じる方
- ③カラダに負担をかけないスイングを身につけたい方
- ④せっかくゴルフするなら、健康的に上達したい! という方
- ⑤健康を維持向上し、永くゴルフを楽しみたい! という方

キーワードは「身体バランス」身体バランスを向上させ、ゴルフの上達と健康維持・増進させるポイントをお伝えします。座学の講座とゴルフフィットネスをご体感いただきます。(1回60分)

日時 : 3月29日(金) 10:30~11:30  
3月30日(土) 16:00~17:00

会場 : 本館2階 2スタジオにて

定員 : 各10名様

講師 : 平山 晶彦(ひらやま あきひこ) 小森 剛(こもり つよし)

ゴルフ指導とクラブ販売員の一人二役で湘南台のゴルフを支える。4月より当クラブでレッスン開始。

JHGP会長として健康ゴルフの普及に努める。GEW誌やウェブマガジンに連載執筆中。GHS代表

予約 : レッスン予約サイトからご予約いただけます。  
3月8日(金)11:00 予約開始

参加費  
無料

私たち  
ゴルフインストラクターが  
ご指導いたします!!



ゴルフの上達と健康 両方GETしたい! という方は是非ご参加ください!!