

鎌倉天園ピラティスゴルフスクール 2期 (2021年1月~2021年4月)

従来のゴルフスクールにピラティスレッスンを取り入れ、ケガを予防し、健康的にゴルフの上達を図るゴルフスクールです。美容やダイエットの効果も期待できます。

ピラティスは西洋のヨガといわれ、ゴルフの上達に欠かすことのできない体幹強化や柔軟性向上、バランス能力向上が図れると共に、腰痛改善や肩こり解消など健康面でも高い効果が得られます。

■ レッスン内容

練習場レッスン (ゴルフピラティス、打球レッスン) × 9回
18Hラウンドレッスン × 1回 / 計10回コース



■ 料金

24,750円 (税込) ※ラウンドレッスン時のプレー代は別途ご精算いただきます

■ タイムスケジュール&日程

水曜日	木曜日	金曜日
10:00~12:00	10:00~12:00	10:00~12:00
12:30~14:30	12:30~14:30	12:30~14:30
1月20日	1月21日	1月22日
1月27日	1月28日	1月29日
2月3日	2月4日	2月5日
2月10日	2月18日	2月12日
2月17日	2月25日 パターレッスン	2月19日
2月24日	3月4日 ラウンドレッスン	2月26日
3月3日	3月11日	3月5日 パターレッスン
3月10日 パターレッスン	3月18日	3月19日 ラウンドレッスン
3月17日 ラウンドレッスン	3月25日	3月26日
3月24日	4月1日	4月2日

* 日程を変更する場合もございます。予めご了承下さい。

* レッスン日の振替は可能です。

* レッスン日の振替・欠席は、必ず練習場フロントにご連絡下さい。【電話受付】10:00~15:00

おおた りつこ

■ 指導者：太田 律子 日本ピラティス協会公認ゴルフピラティスマスターコーチ、
TPI認定ゴルフフィットネストレーナー、USLPGAティーチングプロ (取得中) ほか保有資格多数

ゴルフピラティス指導を通じてゴルファーの体づくりをサポートするかわら、
同マスターコーチとして指導者の育成にも尽力。今後はゴルフスクールにも
活躍の場を広げるべく、USLPGA資格の取得を目指す。思いやりのある人柄、
明るい笑顔でお客様からの信頼も厚い。



■ スクール会員のウレシイ特典!

- PGパスポートへの入会金 (通常5,500円) が全額無料!
- ラウンドレッスン時の昼食が 1,000円OFF!
- ラウンドレッスン後のソフトドリンクが無料サービス!

2020年11月1日

鎌倉天園ゴルフ練習場 (管理運営：鎌倉パブリックゴルフ場) ☎0467-46-8643

〈企画・協力〉ゴルフハウス湘南/ゴルフスクールGHS ☎045-845-2000