

鎌倉天園YOGAゴルフスクール 56期 (2019年7月~9月)



従来のゴルフスクールにヨガの理念や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(ヨガ体操&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



■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
7月3日	7月4日	7月5日
7月10日	7月11日	7月12日
7月17日 	7月18日	7月19日
7月24日	7月25日	7月26日
8月7日	8月1日	8月2日
8月21日	8月8日	8月16日 
8月28日	8月22日	8月30日
9月4日 ラウンドレッスン	9月5日 ラウンドレッスン	9月13日 ラウンドレッスン
9月11日	9月12日	9月20日
9月18日	9月19日	9月27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

おおたりっこ

■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たわら、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5,400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!

2019年5月30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