

鎌倉天園YOGAゴルフスクール 57期 (2019年10月~12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(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
10月9日	10月10日	10月11日
10月16日	10月17日	10月18日
10月23日	10月24日	10月25日
10月30日	11月7日	11月1日
11月6日	11月14日	11月8日
11月13日	11月21日	11月15日 パターレッスン
11月20日 パターレッスン	11月28日 パターレッスン	11月22日 ラウンドレッスン
11月27日 ラウンドレッスン	12月5日 ラウンドレッスン	11月29日
12月4日	12月12日	12月6日
12月11日	12月19日	12月13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8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