

# 鎌倉天園YOGAゴルフスクール 58期（2020年1月～3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



## ■料金

38,500円（税込）

## ■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15日	1月16日	1月17日
1月22日	1月23日	1月24日
1月29日	1月30日	1月31日
2月12日	2月6日	2月7日
2月19日	2月13日	2月14日
2月26日	2月20日	2月21日
3月4日	2月27日 パターレッスン	2月28日
3月11日 パターレッスン	3月5日 ラウンドレッスン	3月6日 パターレッスン
3月18日 ラウンドレッスン	3月12日	3月13日 ラウンドレッスン
3月25日	3月26日	3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5,400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11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