

MENTAL GOLF LESSON

メンタル ゴルフ レッスン

イメージング・ゴルフ

脳のリラックスと集中力強化で、
面白いほどスコア・アップ！
その実践的方法をマンツーマン指導。

練習ではいいのにコースでは思うようにできない。

そんな経験ありませんか？その要因の多くは脳の指令と身体とのバランスがとれない事にあります。

当レッスンでは、お客様ごとのゴルフカウンセリング、スウィングの分析の他、丹田呼吸法やルーティーン（個人に合ったスイング前の一定動作）の確立を取り入れることで各自の潜在能力を引き出します。脳のリラックス+集中力アップで面白いほどのスコアアップと楽しいゴルフ・ライフを実感していただきたいと思います。

レッスン内容

コースを想定した
イメージング・ゴルフ実践

コースを回る想定で、各場面ごとにイメージング通りに打つ練習。

ルーティーンの確立

個人に合ったスイング前の一定動作の指導。

ドリル（部分的練習）

スウィング分析をもとに肩・腕・足・腰などの具体的な動きの練習

丹田呼吸法

メンタル・ゴルフの基本である丹田呼吸法の習得。リラックスと集中力を生み出します。

ビフォー・アフターの説明

スウィングチェックをもとにアドバイスとレッスンの説明。

スウィング分析
カウンセリング

料金
[スタンダードコース]
40分
¥ 5,000
(練習代別途)



お問合せ

CAN GOLF COMMUNICATION
大分県日田市玉川町9-3 E-mail: can@b-net.kcv.jp

TEL:090-3660-7429