

# 読売新聞 12月29日掲載分 高垣真路の TeeBreak

## ゴルフと保温

冬のゴルフ場の朝は氷点下にもなるので、心臓や脳の血管が冷えると命にかかります。プレー中も筋肉や手先きをほぐすために使いすてカイロやハンドウォーマーで身体を暖めてください。そしてゴルフボールの防寒対策はやっていきますか？昔ほど気温による飛距離の差はないですが、やはり適度に温めた方が冷たいよりは遠くへ飛ぶわけで、プレー前日の夜中にはボールをカイロなどで温めておくなどいいと思います。

## 広告

しかし、プレー当日にカイロでこすったり、ハンドウォーマーに



このコーナーは西の森ゴルフパークの提供による、契約プロ・高垣真路プロのコラムです。



「温めましょうね」

入れることはルール違反になるんです。そのわけはボールの性能特性を故意に変える行為というわけなんです。ところがカイロをひそませているポケットにタマタマ（無意識に）入れてしまったのはセーフなんです。ゴルフボールは温めすぎても飛びが悪くなるので、タマタマもほどほどにしてくださいね。

(PGAティーチングプロA級)

**年末年始 休まず営業**  
営業時間をご確認ください。  
**お正月三が日 福菓子プレゼント!**  
西の森ゴルフパーク 宇都宮市 駒生町1780-1  
西の森ゴルフ 検索 ☎028-652-3344

この「高垣真路の TeeBreak」は、「読売新聞栃木版」に  
毎月最終金曜日に掲載されています。