

読売新聞 11月28日掲載分

高垣真路の TeeBreak

利き腕で握手



このコーナーは、西の森ゴルフパークの
ゴルフコラムです。



アメリカのプロ野球ポストシーズンで日本人選手が投手をやりながら、1試合で3本ものホームランを打って日本中が歓喜しましたね。この野球のホームランについて、複数の解説者がテレビで「腕が伸びたところで打つ」とボールが一番飛ぶんだと言っています。しかしスロー再生画で何度確認しても球に当たる瞬間、利き腕（左打者は左腕）は決して伸ばしていません。ゴルフで自己のスイングを形成するにあたり、

広告

もつとも重要な考え方がこ
ななんです。
ゴルフのミ
スショットのほ

とんども、打つ瞬間もしくはその前に腕が伸び切って（ほどけて）しまうことにあります。アプローチショットを含めインパクトの音を聞くまでは、利き腕は「握手をする形」（タメ）を保つ意識をしてください。この利き腕によるエネルギーのタメこそが、ボールをクラブの芯でとらえて遠くに飛ばすことができる技なのです。

（元PGAティーチングプロA級）

ゴルフスクール
個人レッスン
受講生募集！

併設サッカー場好評貸出中！

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。