



12月イベントカレンダー

2 無料巡回 14:30~15:15 速山P スナック 無料教室 10:30~12:00	3	4	5	6	7	8 無料巡回 13:30~15:30 速山P
9 無料巡回 14:30~15:15 速山P スナック 無料教室 10:30~12:00	10	11 無料巡回 22:30~23:30 速山P	12 無料巡回 14:00~15:00 小林P	13	14	15 無料巡回 13:30~15:30 速山P
16 無料巡回 14:30~15:15 速山P スナック 無料教室 10:30~12:00	17	18 無料巡回 22:30~23:30 速山P	19 無料巡回 14:00~15:00 小林P ゆるふわレッスン会 19:00~¥1,080	20	21	22 工サトルールセミナー 12:00~ 無料体験レッスン 13:45~ 速山P
23 無料巡回 14:30~15:15 速山P スナック 無料教室 10:30~12:00	24	25 無料巡回 22:30~23:30 速山P	26 14:00~15:00 小林P 無料体験レッスン	27	28	29 15:30~20:00P 無料体験レッスン
30 スナック 無料教室 10:30~12:00	31 平日料金!!! 23:00 営業終了	癒流里年末営業時間 12月28日(金) 10:00~19:00 29日(土) 10:00~18:00(休外あり) 30日(日) 10:00~18:00(" 31日(月) 11:00~19:00(" OPEN		トナショナルスポーツ 営業時間 12月28日(金) 10:00~15:00 29日(土) } 10:00~18:00 30日(日) } 31日(月) 1休サ		

全イケットルールセミナー

どなたでも!! 参加無料!!!

2019年1月1日 ゴルフ規則が大幅に変更になります!!

12月22日(土) 13:00~開催

- ・距離計測器は使用できません。
- ・ドロップは月朧の高さから。
- ・ラフで球を捜索中に動かしても罰はありません。
- ・球の捜索時間は3分以内になります。
- ・ピンをしたままカップインしても罰はありません。

Cafe 期間限定メニュー

野菜たっぷり 中華丼 単品 ¥720
中 中華丼 セット ¥850

ねぎがなくなり 6次第終了

京都九条ねぎうどん 単品 ¥610
セット ¥750



☆『スイング動作のきかけ』☆

みなさんはゴルフスイング動作のきかけをどうお考えでしょうか? 今回のお話しは「身体をどこを意識する」ではなく「スイングのど始まりか?」「スイッチOFF」で始まりか? という事です。大抵の人は「スイッチON」でスイングを始めようとしている。このON/OFFの大事なところは「呼吸」とも関係してポイントです。

「スイッチON」の始動は呼吸を詰めてしまうので筋肉に緊張が入り固まってしまう。正解は「スイッチOFF」をきかけとして始動させるのが望ましいです。OFFで始まるという事は、動作スタート直前にはONであるという事です。それが昔から言われている「フアワードプレス」という事なのです。具体的にどの部分をOFF(抜く・脱が)するのかわからない方は、「癒流里」でボディケアを受けて頂くか、もしくは「輝くおたのゴルフ教室」にご参加下さい。

☆『スイング動作のきかけ』☆

みなさんはゴルフスイング動作のきかけをどうお考えでしょうか? 今回のお話しは「身体をどこを意識する」ではなく「スイングのど始まりか?」「スイッチOFF」で始まりか? という事です。大抵の人は「スイッチON」でスイングを始めようとしている。このON/OFFの大事なところは「呼吸」とも関係してポイントです。

「スイッチON」の始動は呼吸を詰めてしまうので筋肉に緊張が入り固まってしまう。正解は「スイッチOFF」をきかけとして始動させるのが望ましいです。OFFで始まるという事は、動作スタート直前にはONであるという事です。それが昔から言われている「フアワードプレス」という事なのです。具体的にどの部分をOFF(抜く・脱が)するのかわからない方は、「癒流里」でボディケアを受けて頂くか、もしくは「輝くおたのゴルフ教室」にご参加下さい。

トナショナルスポーツ

IOMIC PRODUCT CATALOG

☆☆☆ グリップ交換キャンペーン ☆☆☆

12月 1日(土) ~ 12月 24日(月)

グリップ交換工賃 ¥430分 無料!!!
(通常 ¥2,050 ⇒ ¥1,620)

エラストマー素材を使用したIOMICグリップはしっとりしていて滑りにくく、インパクト時におけるねじれを軽減しています。

松山英樹選手をはじめ、多くのトッププロも使用するグリップ。メンズ用からレディース用、数多く種類、と色をご用意しています。

是非この機会にグリップ交換して頂いてはいかがでしょうか!

— 詳しくはトナショナルスポーツ 須長まで —