

4スタンス理論による 分かりやすいゴルフ

実践に向けたレッスンで かなり変わります！

4スタンス理論はゴルフだけでなく野球。テニス。水泳。陸上競技
などすべてのスポーツに取り入れられ、オリンピック強化選手の
アドバイスにも取り入れられています。

すがめま きょうこ

instructor 菅沼 恭子 プロ

2001年プロテスト合格【LPGA第73期生】
4スタンス理論
マスター級トレーナーライセンス取得



2組8名様までのきめ細やかなレッスン

<レッスン開催日>

- ・令和3年4月21日（水）
- ・令和3年5月10日（月）

<レッスン内容>

午前10時集合・挨拶

- ①10:00～11:30 パター・アプローチレッスン
- ②11:30～12:15 昼食休憩
- ③12:15～13:00 打球練習場レッスン
- ④13:00～15:30 コースレッスン[9ホールプレー]

※ 1 開催 3 名様に満たない場合、レッスンは中止となります。

【参加料金】

- ・メンバー 14,410円（総額）
- ・ゲスト 15,500円（総額）

※総額は、消費税・利用税・振興基金を含みます

～ 練習ボール・昼食・ペットボトル券2枚・ハーフプレー代 込 ～