



二瓶 正和(にへい まさかず)

郡山熱海CC所属

〈プロフィール〉

1974年郡山市大槻町出身。「ジャンボ尾崎」こと尾崎将司プロの門下生として、プロテスト合格。飯合肇プロ等のキャディを務めながら、PGAツアー公式試合参戦中。

「ショートゲーム編」(50～80yrのグリーンオン)

アプローチがグリーンにのらない、シャンクする、バンカーから出ない……。

そんなアマチュアの大半が、体重が右足にあり、スタンスが広く、オープンに立ちすぎているのです。

【アプローチをうまく打つコツ】

- ①体重は左足に90%かけるよう心掛ける。
- ②スタンスはスクエアにする。
- ③ボールの位置は右足前に置く。
- ④グリップをかなり短く握り、肩の回転で打つ。

【練習法】

両脇にヘッドカバーをはさみ、落ちないように肩の回転で打ってみましょう！

郡山熱海 KORIYAMA ATAMI COUNTRY CLUB
カントリークラブ

TEL.024-984-3111 FAX.024-984-3113



二瓶 正和(にへい まさかず)

郡山熱海CC所属

〈プロフィール〉

1974年郡山市大槻町出身。「ジャンボ尾崎」こと尾崎将司プロの門下生として、プロテスト合格。飯合肇プロ等のキャディを務めながら、PGAツアー公式試合参戦中。

「アイアン編」(～距離のでるアイアンショット)

アイアンショットでボールをダウnbrローに打ち込み、ターフをとろうとしていませんか？

アマとプロの違いはインパクトの瞬間にアマはフェースが開き、プロは、しっかりとフェース面が下を向きます。

フェースが開くと弱々しく右にボールが飛び、距離もでません。

【ポイント】

アドレスをとった時に、少しでもフェースをかぶせて構えましょう！

【練習法】

左の甲側を下に向けるように意識して練習してみましょう。ぜひ、ゴルフ場で試してください！

郡山熱海 KORIYAMA ATAMI COUNTRY CLUB
カントリークラブ

TEL.024-984-3111 FAX.024-984-3113



二瓶 正和(にへい まさかず)

郡山熱海CC所属

〈プロフィール〉

1974年郡山市大槻町出身。「ジャンボ尾崎」こと尾崎将司プロの門下生として、プロテスト合格。飯合肇プロ等のキャディを務めながら、PGAツアー公式試合参戦中。

「フェアウェーウッド編」

(～ロングホール2オンも夢じゃない～)

ロングホール・セカンドショットで3番ウッドをもって少ししか飛ばない、また、うまく打てない方は、ボールを上げようとしていませんか？

【FWのコツ】

FWはアイアンを打つように、少しフェースをかぶせて、ボールを体の中心(センター)に置き、打ってみましょう！

※ドライバーと同じ構えでボールの位置を左前に置かないで、体の中心に置きましょう。

FWは、距離がでるアイアンと考えましょう！

ポイントは、アドレスを正確にとること。(ボールはセンターに)

【心構え】

転がす気持ちでボールを打ってみましょう！

郡山熱海 KORIYAMA ATAMI COUNTRY CLUB
カントリークラブ

TEL.024-984-3111 FAX.024-984-3113



二瓶 正和(にへい まさかず)

郡山熱海CC所属

〈プロフィール〉

1974年郡山市大槻町出身。「ジャンボ尾崎」こと尾崎将司プロの門下生として、プロテスト合格。飯合肇プロ等のキャディを務めながら、PGAツアー公式試合参戦中。

「雨の日のドライバーの飛距離アップ編」 (～潜在パワーを呼び起こそう☆～)

雨の日はキャリーでボールを飛ばすこと。絶対に飛びません。なので、ティーを高くして、アッパーに降り抜きましょう！

【これで、雨の日のコンペでもドラコンが狙えます！】

みなさん雨の日はボールは曲りません。なぜならば、水滴によりスピン量が減り、ボールが曲りずらくなるからです。

ポイントは、雨の日は、ティーを高くして、アッパーに思いっきり降り抜きましょう！

【練習法】

雨の日も臆せず、コースに出てみましょう！

郡山熱海 KORIYAMA ATAMI COUNTRY CLUB
カントリークラブ

TEL.024-984-3111 FAX.024-984-3113



二瓶 正和(にへい まさかず)

郡山熱海CC所属

〈プロフィール〉

1974年郡山市大槻町出身。「ジャンボ尾崎」こと尾崎将司プロの門下生として、プロテスト合格。飯合肇プロ等のキャディを務めながら、PGAツアー公式試合参戦中。

「ドライバーの飛距離アップ編Ⅱ」

(～潜在パワーを呼び起こそう☆～)

最近ドライバーの飛距離が、まっすく飛ばそうとして落ちていませんか？ インパクトの瞬間に右足に重心が残っていませんか？

【飛ばす為のコツ】

飛ばそうとするあまり、インパクトの瞬間に力み過ぎて、重心が右に残っていませんか？

※飛ばしたい方向に重心がなければ、ボールは飛んでいきません。

体重をボールにのせる感じでインパクトしましょう！

ポイントは、つつこんでもいいので、思い切り左の方へ体重移動をして打ってみましょう！

【練習法】

左の足に体重を掛けて、片足で打てるようにしてみましょう！

郡山熱海 KORIYAMA ATAMI COUNTRY CLUB
カントリークラブ

TEL.024-984-3111 FAX.024-984-3113



二瓶 正和(にへい まさかず)

郡山熱海CC所属

〈プロフィール〉

1974年郡山市大槻町出身。「ジャンボ尾崎」こと尾崎将司プロの門下生として、プロテスト合格。飯合肇プロ等のキャディを務めながら、PGAツアー公式試合参戦中。

「ドライバーの飛距離アップ編」 (～潜在パワーを呼び起こそう☆～)

ドライバーの飛距離、あきらめていませんか？力み過ぎてスライスしてしまう。真っすぐ飛ばそうとする余り、リスト(手首)を使っではいけないと思っ
てませんか？

【飛ばす為のコツ】

どんどんリスト(手首)を使いましょう！どんなスポーツでもリストが重要。
インパクトの瞬間、野球のボールを投げるように手首をしなやかに使いま
しょう！

※ドライバーとは14本あるクラブの中で、一番遠くに飛ばせるクラブであ
り、一番曲っても仕方がないクラブです。

**ポイントは、曲っても良いから飛距離を出す！OBを恐れず、手打ちで
も良いので最大限に利き腕を使い切りましょう！**

【練習法】

利き腕1本でボールを打ってみましょう！

郡山熱海 KORIYAMA ATAMI COUNTRY CLUB
カントリークラブ

TEL.024-984-3111 FAX.024-984-3113