

# 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



今回は、初めての方も既に受講済みの方も、両日ともに合同開催となります。

各日2組8名様までの きめ細やかなレッスン！

《 初めてレッスンを受けられる方 》

レッスン開催日

★ 4月 15日（月）

レッスン内容

午前10時集合・挨拶

- ① 10:00～11:00 講義
- ② 11:00～12:15 打球練習場レッスン
- ③ 12:15～13:00 昼食休憩
- ④ 13:00～15:30 コースレッスン  
[9ホールプレー]

《 すでにレッスンを受けられた方 》

レッスン開催日

★ 4月 15日（月）

レッスン内容

午前10時集合・挨拶

- ① 10:00～11:30 パター・アプローチレッスン
- ② 11:30～12:15 昼食休憩
- ③ 12:15～13:00 打球練習場レッスン
- ④ 13:00～15:30 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（全日） 本体価格 10,800yen（外税・利用税・振興基金別）  
                  ゲスト（全日） 本体価格 12,700yen（外税・利用税・振興基金別）

～ 練習ボール・昼食・ペットボトル券2枚・ HALFプレー代 込 ～