

ゴルフプラ恵比寿セミナー＜パターン編＞

『入る気しかしない！パッティングのメカニズムとギアセミナー』

レジュメ

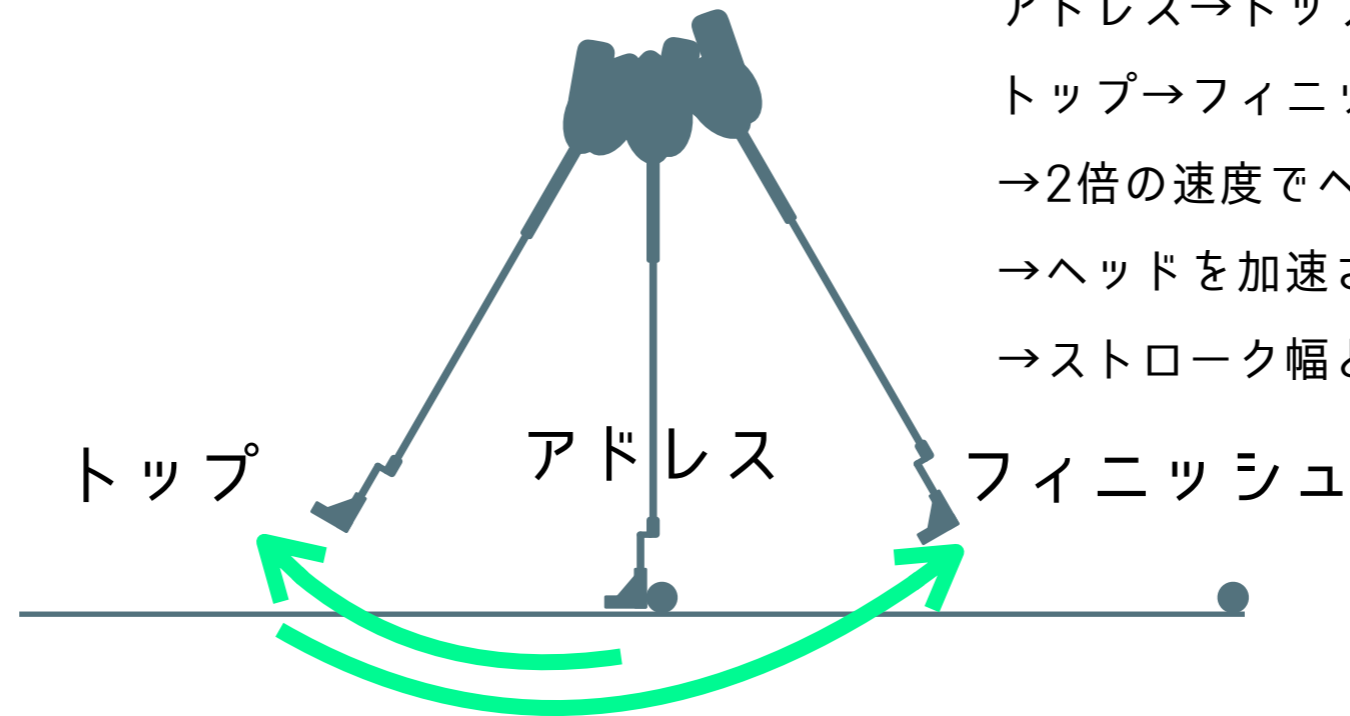
- 1,ストローク幅とリズムとテンポのメカニズム
- 2,支点のメカニズム
- 3,ストロークプレーンのメカニズム
- 4,打点のメカニズム
- 5,目線のメカニズム
- 6,インパクトロフトのメカニズム
- 7,エイミングのメカニズム
- 8,チャート表

1,ストローク幅とリズムとテンポのメカニズム

TIPS1:

アドレス→トップ= 1

トップ→フィニッシュ= 2



TIPS2:

アドレス→トップ迄の時間＝

トップ→フィニッシュ迄の時間

→2倍の速度でヘッドは動く。

→ヘッドを加速させてストロークを行う。

→ストローク幅とリズムの見直し

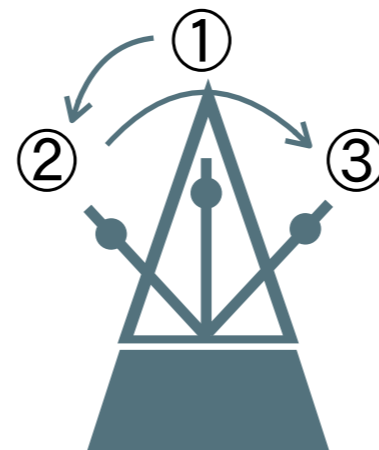
TIPS3:

アドレス→トップ→フィニッシュのリズムをテンポに翻訳するとより実戦的→BPM80のメトロノーム

① アドレス

② トップ

③ フィニッシュ



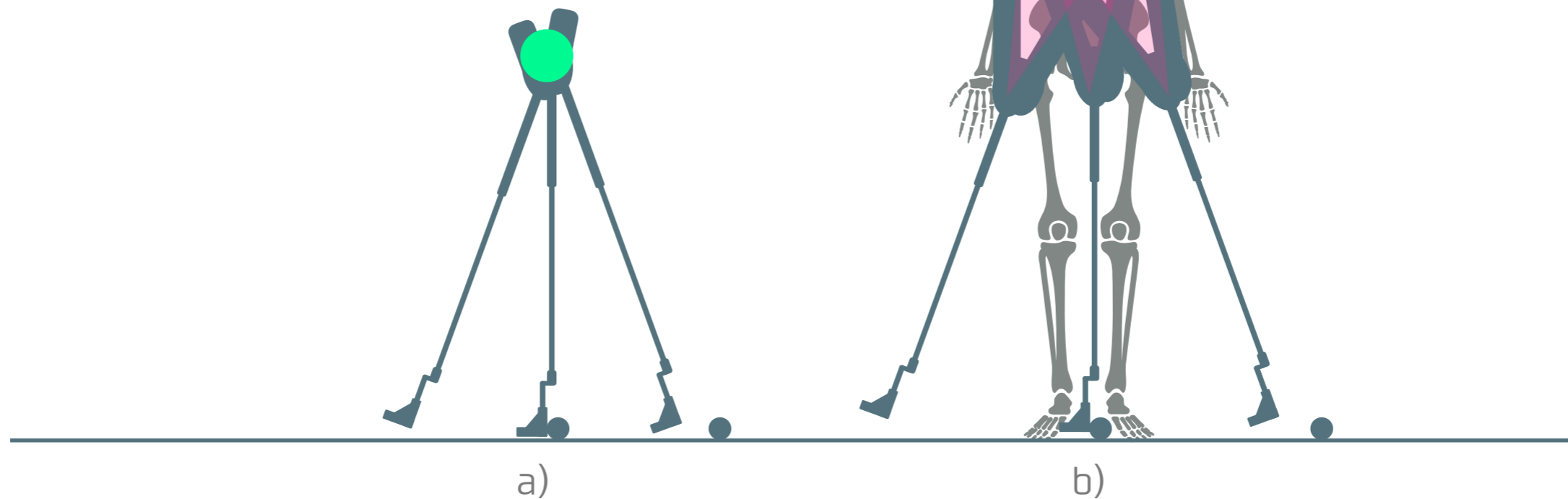
2,支点のメカニズム

TIPS1:

a)手首を支点に使う→青木功プロ

b)胸椎（10～12番）を支点に使う→現在の主流

TIPS2:手首、肘、肩の三角形
ないし多角形をミゾオチを
支点にコントロールする



3,ストロークプレーンのメカニズム

TIPS1:

支点に対してグリップ面は捻じれない。

4,打点のメカニズム



TIPS1:

上下の打点→パターの上で打つとボールはスキッドする
→パターの下で打つとボールは一回沈んで転がる

TIPS2:

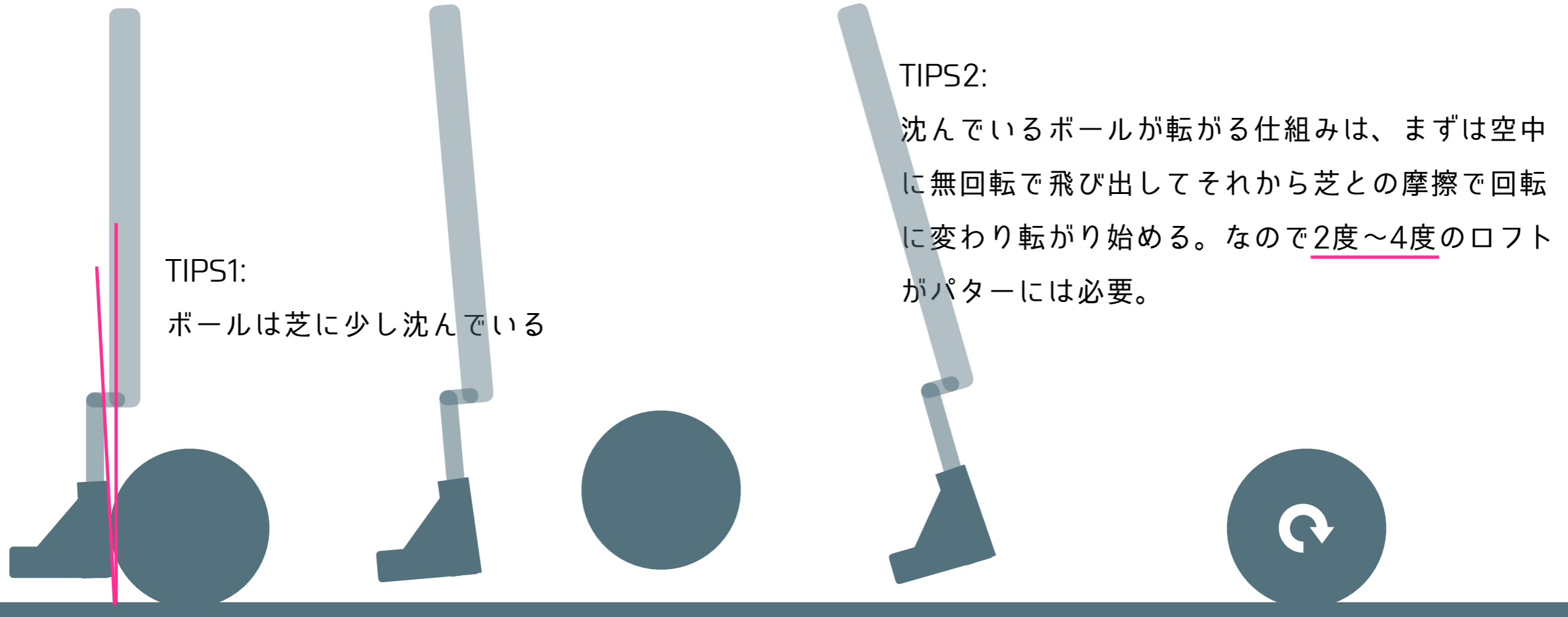
左右の打点→左で打つとフック回転、右で打つと
スライス回転

5,目線のメカニズム

TIPS1:

一番まっすぐ見える目の場所を探す

6.インパクトロフトのメカニズム



TIPS3:

大体のプレイヤーはヒールアップ、トゥダウンしている。ヒールアップは開くし、トゥダウンは閉じるので正しいロフトで打ち出すことができず、捻れてしまいまっすぐ打てない。

→正しいアドレス姿勢を作り、そこにパターのスペックを合わせる。

7,エイミングのメカニズム

TIPS1:

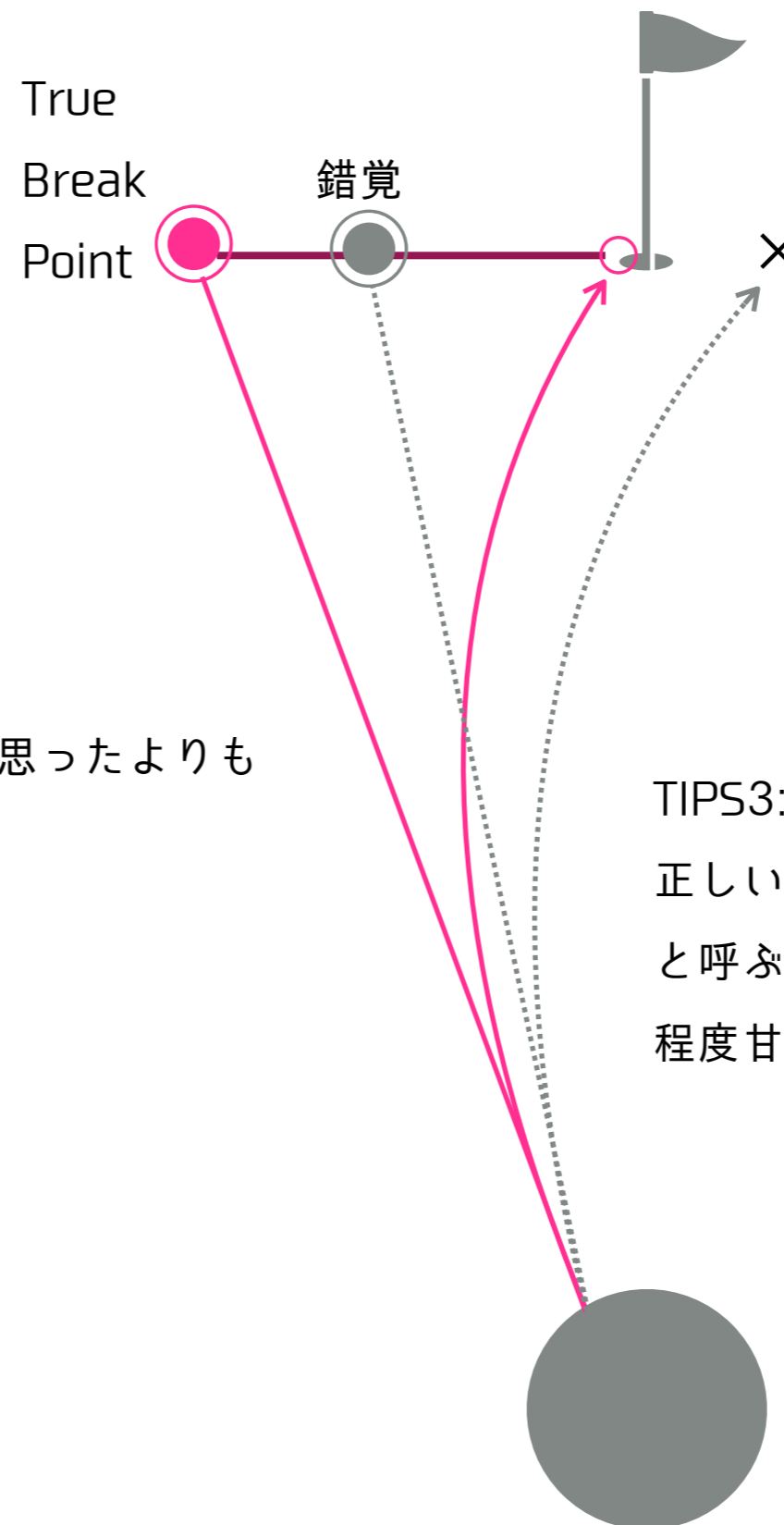
パターのラインの90%以上は曲がる。

TIPS2:

ボールは実際に転がり始めたら重力によって思ったよりも早く傾斜に沿って落ちていく。

TIPS3:

正しいターゲットをTrueBreakPointと呼ぶが、大半の人は錯覚により3割程度甘く見積もるので入らない。



8,チャート表

10cmのテークバック幅で転がる距離			
	スティンプ メーター 8feet	スティンプ メーター 9feet	スティンプ メーター 10feet
のぼり	2 ヤード	3 ヤード	4 ヤード
フラット	4 ヤード	5 ヤード	6 ヤード
くだり	6 ヤード	7 ヤード	8 ヤード

エイミングチャート		
	スティンプメーター 9feet	スティンプメーター 10feet
のぼり	1 倍	2 倍
フラット	2 倍	3 倍
くだり	3 倍	4 倍