

# 鎌倉天園YOGAゴルフスクール 60期（2020年8月～10月）

従来のゴルフスクールにヨガの理念やピラティスレッスンを取り入れ、ケガを予防し、健康的にゴルフの上達を図るゴルフスクールです。美容やダイエットの効果も期待できます。

ピラティスは西洋のヨガといわれ、ゴルフの上達に欠かすことのできない体幹強化や柔軟性向上、バランス能力向上が図れると共に、腰痛改善や肩こり解消など健康面でも高い効果が得られます。



## ■レッスン内容

練習場レッスン（ゴルフピラティス、打球レッスン）×9回  
18Hラウンドレッスン×1回 / 計10回コース

## ■料金

38,500円（税込）

## ■タイムスケジュール&日程

水曜日	木曜日	金曜日
10:00~12:00	10:00~12:00	10:00~12:00
12:30~14:30	12:30~14:30	12:30~14:30
8月26日	8月27日	8月28日
9月2日	9月3日	9月4日
9月9日	9月10日	9月11日
9月16日	9月17日	9月18日
9月23日	9月24日 パターレッスン	9月25日
9月30日 パターレッスン	10月1日 ラウンドレッスン	10月2日
10月7日 ラウンドレッスン	10月8日	10月9日 パターレッスン
10月14日	10月15日	10月16日 ラウンドレッスン
10月21日	10月22日	10月23日
10月28日	10月29日	10月30日

\* 日程を変更する場合もございます。予めご了承下さい。

\* レッスン日の振替は可能です。

\* レッスン日の振替・欠席は、必ず練習場フロントにご連絡下さい。【電話受付】10:00~15:00

おおた りつこ

■指導者：太田 律子 日本ピラティス協会公認ゴルフピラティスマスターコーチ、  
TPI認定ゴルフフィットネストレーナー、USLPGAティーチングプロ（取得中）ほか保有資格多数

ゴルフピラティス指導を通じてゴルファーの体づくりをサポートするかたわら、  
同マスターコーチとして指導者の育成にも尽力。今後はゴルフスクールにも  
活躍の場を広げるべく、USLPGA資格の取得を目指す。思いやりのある人柄、  
明るい笑顔でお客様からの信頼も厚い。



## ■スクール会員のウレシイ特典！

- ・PGパスポートへの入会金（通常5,400円）が全額無料！
- ・ラウンドレッスン時の昼食が1,000円OFF！
- ・ラウンドレッスン後のソフトドリンクが無料サービス！

2020年6月21日

鎌倉天園ゴルフ練習場（管理運営：鎌倉パブリックゴルフ場） ☎0467-46-8643

〈企画・協力〉ゴルフハウス湘南／ゴルフスクールGHS ☎045-845-2000