

動画で解析

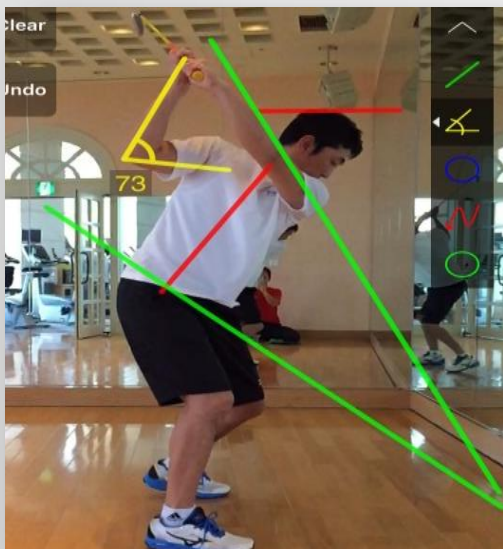
パーソナル ゴルフサイズ

◆60分 7.500円 (税込)

パーソナルゴルフサイズは4つのプロセスで構成されます。

①カウンセリング

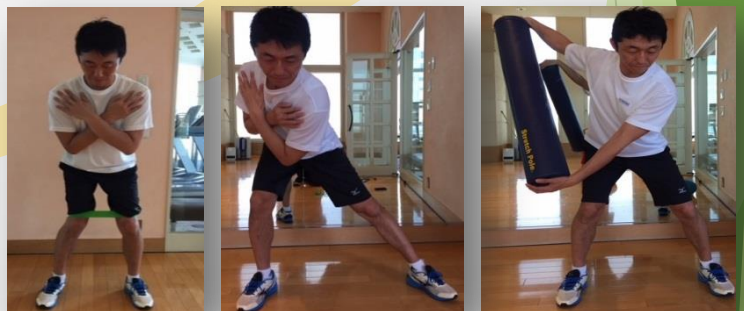
過去の怪我の履歴、スポーツ履歴や現在のゴルフの状況など伺いながら、今後のゴルフスイングのどういうところを改善したいのか、またトレーニングでどのように強化していきたいのかを話し合います。



②スイング分析とプランニング

スイングの身体の動きやクセ、長所や直すべきポイントを徹底的にスイング分析します。豊富な経験と知識を待ったプロのトレーナーが、個々にあった改善策を見つけだし、完全オーダーメイドのプログラムを作成します。

③ゴルフトレーニング



④スイング再評価



柔軟性UPやケガ予防のストレッチも行います。



ご予約日時につきましてはスタッフまでお申し付けください。

※効果には個人差があります。