

早見研究会

井田涼子

・スイング動画

体の開きが早いことが課題



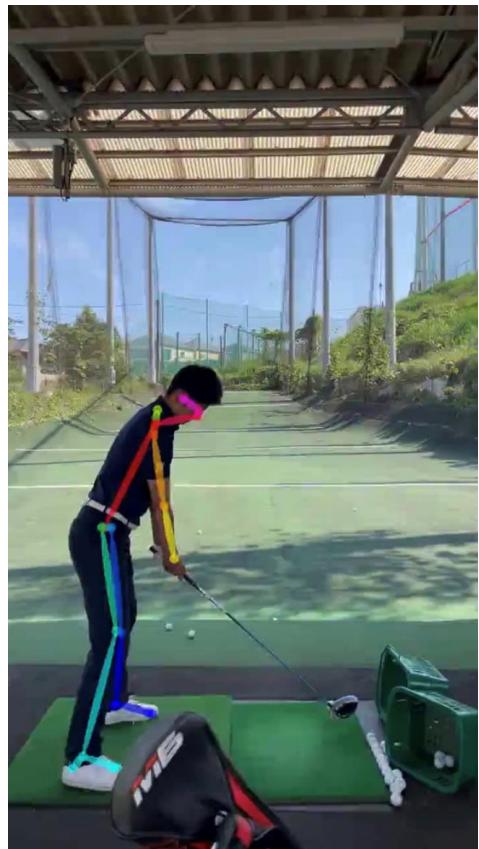
・女子プロとの比較

- ・手が下に降りてきた後に、体が回転しているため、方向性が安定している。



今後の展望

Open poseを活用



コーチからのアドバイスを活用

コメント 6

いいね 1

こんには、引っかけが出るという事ですが、要因は切り返しで少しアウトから（右肩よりシャフトが上から）入ってくるのが要因だと思います。ダウン切り返しで参考写真のプロのように右肩の少し下からシャフトが降りてくると引っかけが少なくなります。

インサイドから入れるには様々な方法がありますが、井田さんのケースは切り返しで身体の開きが早く黄色ラインより手が外に出てしまっています（プロは黄色ライン上に手が降りる）

修正ドリルとしては、トップからいきなり身体が回転すると手はアウトに入るのでも、切り返し時にまずは手を少し下に降ろしてから身体が回転するイメージ、一瞬の動きなのであくまで感覚的で良いので。

このドリルを繰り返し行なっていくと少しずつインサイドから入るようになり引っかけが減ってきます。

頑張ってください。