

4KEYS 4 BETTER GOLF
7IMPACT FACTORS
BY SHUICHI MUROYA



「考え方」
と
「当たる瞬間」
でスコアは変わる。

～再現性に頼らない、
“整えるゴルフ”の教科書～

～4つの視点と7つのインパクト要素で、
安定スコアの“基盤”を作る～

📖はじめに

こんにちは、室屋修一です。

このミニ講座では、「スイングを直す」ではなく、「ゴルフを整える」ことをテーマにしています。

うまくなる人のゴルフには、共通して“整っている”感覚があります。

それは、
考え方・練習方法・戦略・メンタル
といった4つの視点と、

実際のインパクトで起こる
7つの物理的な要素
が噛み合っているからです。

第1章 | “整える”という発想

こんにちは、室屋修一です。

突然ですが、
ゴルフのスコアが安定しないとき、多くの人
が真っ先に考えるのは
「スイングを直さなきゃ」という発想です。

でも実は、
**スイングの“精度”ではなく、“整っているか
どうか”**が、
安定したスコアに直結しているということ
を、あなたはご存じでしょうか？

第1章 | “整える”という発想

こんにちは、室屋修一です。

突然ですが、
ゴルフのスコアが安定しないとき、多くの人
が真っ先に考えるのは
「スイングを直さなきゃ」という発想です。

でも実は、
**スイングの“精度”ではなく、“整っているか
どうか”**が、
安定したスコアに直結しているということ
を、あなたはご存じでしょうか？

◆ スイングを「変える」より、まず「整える」

僕はこれまでたくさんの方のゴルフを見てきましたが、
スイングをいじってもスコアが改善しないケースが少なくありません。

その一方で、スイングは今のままでも、
“整え方”を変えたことで
一気にスコアが安定したという人も多いです。

たとえばこんなケース。

60代男性・ゴルフ歴20年

スイングは自己流で荒っぽいですが、ある日を境にスコアが劇的に安定。

→理由は、ティーショットを全て“ボギーオン前提”に切り替え、ショットの狙い方を整えたから。

スイングに一切手を加えなくても、
「考え方」「狙い方」「優先順位」などを整理するだけで、
大きな変化が生まれたのです。

◆ ゴルフが崩れるとき、崩れているのは「技術」より「整理」

ラウンド中に調子が悪くなるとき、僕たちは「今日はスイングがダメだ」と思いがちです。でも、実際に崩れているのは「スイング」ではなく、判断や視点、考え方がバラバラになっていることのほうが多い。

- ・風の強さを無視して強振する
- ・打点がズレているのにスイング軌道を疑う
- ・トラブルから無理にグリーンを狙う

こうした選択の積み重ねが、スコアのブレを生んでいるんです。

つまり、「技術」ではなく「判断と整理」の問題。

ここを見直せば、あなたのゴルフはまだまだ安定します。

◆ “整える”ことの3大メリット

状況に左右されにくくなる

スイングの出来に頼らず、狙いや思考が明確になる。

練習の方向性が定まる

何を磨くべきかが明確になり、意味のある練習に集中できる。

スコアの再現性が高まる

良いときだけでなく、悪いときにも“最低限”を守れる。

◆ 整えるゴルフ＝「視点」と「技術」の両輪

この講座では、「整える」という言葉をキーワードに、

- ・ 4つの視点（考え方・戦略・練習・メンタル）
- ・ 7つのインパクト技術（打点／フェース向き／地面との接触など）

を、それぞれ解説していきます。

整えるとは、バラバラになりがちな要素を**「同じ方向に揃えていくこと」**です。

感覚、技術、判断、練習…すべてが一貫してくると、あなたのゴルフは驚くほどスムーズに整っていきます。

次章では、まず【4つの視点】のひとつ目、「期待値のコントロール」について詳しく解説していきます。

プロや上級者が自然とやっている“考え方”の裏側を、ぜひ学んでみてください。

第2章 | 「期待値」でゴルフは変わる ——過大評価を手放したとき、ゴルフが整い始める

◆ なぜ“ナイスショット”でもスコアが崩れるのか？

「今日は調子よく当たってるのに、スコアはイマイチ…」

そんな経験、あなたにもあるはずです。
ナイスショットは増えた。手応えも悪くない。

でも終わってみれば「90を超えてる」「パーは取れてもダボが消えない」。

それはなぜか？

答えは、**“期待値のズレ”**にあります。

◆ 「この距離なら乗るはず」 それ、本当？

たとえば、あなたが150ヤードのショットを打つとき、

「この距離なら乗るはず」と期待していませんか？

でも実際には、10回打って半分もグリーンに乗っていないかもしれません。

その現実と“期待”がズレていると…

- ・ グリーンを外した瞬間にイライラする
- ・ バンカーに入っただけで判断が狂う
- ・ 「乗るつもり」で打っているのに、安全策が取れない

そう、想定していなかった展開が続くと、判断も気持ちも崩れてしまうのです。

◆ 上手になる人は“平均ショット”で組み立てている

僕がコースでよくお伝えするのは、
「自分の“平均”でスコアを作ろう」
という考え方です。

ナイスショットは、たまたま。平均ショットが、本当の実力。

たとえば、7番アイアンでの飛距離が「当たれば150y」「平均すると135y」だとしたら、狙うのは「150y」ではなく「135y地点にグリーンセンターが来る番手選び」なんです。

この発想に変えただけで、

****ショットの成否に左右されない“安定感のあるゴルフ”**が手に入ります。**

◆ 「期待値を整える」とは？

整えるゴルフにおいて、「期待値を整える」とは、こういうことです。

- 自分の実力を“美化せず”に把握する
- ミスも想定内として受け止める
- “最悪”を前提に、戦略を組み立てる

これは自信を失うという話ではありません。

むしろ、「うまくいかなくても崩れない設計」を作ること。

それが、スコアが安定する第一歩なんです。

◆ **まとめ：上達の土台は“自分を正しく見つめる”こと**

期待値がズレていると、すべての判断がブレます。

「狙い」「選択」「番手」「リスク管理」…

どれも、現実より“上”を見ていたら、計算が合わないのは当然ですよ。

逆に、現実にあった期待を持てるようになると、すべてが整理されていく。

これこそが、“整える”という発想の真髄です。

次章では、「戦略」という視点から、実際のショット選択やコースマネジメントについて深掘りしていきます。

あなたのゴルフを「技術任せ」から「設計力のあるゴルフ」へと変えていく視点です。ぜひお楽しみに。

第3章 | 戦略でゴルフは整う

**— 「狙い方」 を変えるだけで、
スコアが10縮まることもある**

◆ 「狙い」は無意識にズレている

あなたが今まで「狙っていた場所」って、
本当に正解でしたか？

- ピンの根元を“狙って”大オーバー
- グリーンの端ギリギリを狙って池ポチャ
- フェアウェイセンター狙いなのに林の右端からドロー狙い

こういったこと、実はよくあるんです。

実はその“狙い”自体が、リスクと合っていないことが多いんです。

◆ 「狙い方」 = 「設計図」

上手になる人は、平均のショットが出ることを前提に狙いを決めます。

それに対して、なかなか上達しない人は「ナイスショットが出ること」を前提に狙いを決めてしまう。

たとえば――

- 池の手前にピンが切られている
- → 上手になる人は「手前からでもOK」とフェードで逃げる
- → なかなか上手にならない人は「ピンに一直線」で池へ

これは技術の差ではなく、
考え方の差＝戦略の差です。

◆ 「セーフティエリア」で攻めるという発想

戦略を整えるうえで、まず必要なのは、

“セーフティエリア”を把握すること。

たとえば、あなたがグリーンを狙うショットで…

- 左にミスする傾向がある
- ラフやバンカーが右に広がっている

このとき、“ピン左”を狙うのは危険。

最も広く、安全な場所を狙うだけで、ミスしてもダボが防げるんです。

この「安全な場所にしか打たない」マインドセットは、

平均スコアを安定させる最大の武器になります。

◆ なぜ「完璧主義のゴルフ」は失敗するのか？

戦略を立てるとき、多くのアマチュアはこう考えます。

- ベストショットが出たらピンに寄る
- フェアウェイに行けば次が打ちやすい
- パーオンすれば2パットでパーになる

すべてが“うまくいったら”の前提なんです。
でも現実には、ミスが混じるのがゴルフ。

だからこそ、
ミスも含めて「それでもスコアになる」設計
をすること。

これが、整える戦略の本質です。

◆ まとめ：90切りは「攻め方」を変えるだけで見えてくる

「技術を上げないとスコアは伸びない」
そう思っている人が多いですが、実は戦略の見直しだけでスコアは大きく変わるんです。

- 平均飛距離をベースにした番手選び
- 外しても大ケガにならないエリアを狙う
- ナイスショットを前提にしない狙い方

こうした“戦略の整備”が進むと、
スイングが同じでも、スコアが安定し始めます。

次章では、
その「スイングをどう練習していくか？」
つまり、“練習の整え方”について掘り下げていきます。

第4章 | 練習を整える

一「とりあえず打つ」をやめた瞬間、
上達が始まる

◆ 練習場ではうまくいくのに、コースでダメな理由

「練習場ではいい感じなのに、本番でミスばかり…」

これは多くのゴルファーが抱える悩みです。

そして、
その原因のほとんどは練習の質にあります。

多くの人がやってしまうのが、「球数をこなす」練習。

目的もなく、ただボールを打つだけでは、現場で再現できる力はずきません。

◆ “整った練習”とは？

整えるゴルフにおける練習とは、

「意図・意識・振り返り」のある時間を指します。

たとえば、ただドライバーを振るのではなく、

- 今の目的は？（方向性か、当たりか、飛距離か）
- その1球で何を確認する？
- 結果に対してどんな感覚だったか？
- 次はどう修正するか？

こういった小さな問いを挟むだけで、1球の重みと練習効果がまったく違ってきます。

◆ スキルとテクニックを分けて練習する

練習を整えるうえで重要なのが、
「スキル」と「テクニック」を分けて考える
ことです。

- テクニック：クラブの使い方、手の位置、体重移動など
- スキル：打点の調整、狙った距離に打つ、フェース向きの再現性など

多くの人はテクニックに偏りすぎています。

でも実際にコースで必要なのは「スキル」ですよね。

整った練習では、「スキルを磨く時間」も意識的に取りましょう。

◆ 再現性より“対応力”を育てる

練習の目的を「毎回同じように打つこと」と
思っていないですか？

でも実際のラウンドでは、毎回違う状況、違
うライ、違う風です。

だからこそ、練習の中にも「変化」を入れる
ことが大事です。

- 目標を変える
- 番手を変える
- ライを変える
- 状況をシミュレーションする

こういった工夫が、“対応力”を養い、
コースでの実戦力につながっていきます。

◆ **まとめ：練習を整えると「成長速度」が変わる**

整った練習は、上達を“加速”させます。

- **なんとなく打つのをやめる**
- **スキルとテクニックを分ける**
- **対応力を育てる工夫を入れる**

たったこれだけで、「練習しても上達しない…」という悩みは激減します。

次章では、ゴルフに欠かせないもうひとつの視点——メンタルの整え方について深掘りしていきます。

第5章 | メンタルを整える

ースイングより、考え方のクセを整えよう

◆ 「メンタルが弱い」は思い込みかもしれない

「緊張するとミスする」

「大事な場面で手が震える」

「ラウンド後半で集中力が切れる」

こうした悩みを持つゴルファーは多いですが、

実はこれ、“あなたの性格”ではなく、
“考え方のクセ”によって引き起こされている
場合がほとんどです。

つまり、整えることができるんです。

◆ スイングに自信がある人でも崩れる理由

どれだけスイングが良くても、
どれだけ練習を積んでいても、
「心の準備」が整っていなければ実力は発揮
できません。

たとえば…

- ダボの直後に無理な攻め
- OBを打った後の過剰な修正
- パットの外しを引きずってしまう

これらはすべて「感情が判断を支配してしま
った結果」です。

メンタルが整っていれば、最小限のミスで抑
えられる場面なのです。

◆ ルーティンは「気持ち」を整えるための道具

多くのプロが取り入れているルーティンは、ただの「型」ではありません。

それは、
不安や焦り、迷いといった感情をリセットし、
目の前の1打に集中するための儀式なんです。

決まった手順、呼吸、言葉、動作。

それらを毎回同じにすることで、
自分を安心させる習慣になります。

◆ 「感情」と「選択」を切り離すトレーニング

メンタルを整えるうえで大切なのは、
「感情」と「選択」を分けて考える力です。
たとえば…

- 怒っていても、安全なクラブ選択ができるか？
- 焦っていても、冷静にレイアップを選べるか？

これはスイングとは違い、誰でも練習可能なスキルです。

簡単な方法は、プレー中に言語化すること。

「今、焦ってるな」

「いま、勝負したくなってるな」

そう口に出すだけでも、
感情と距離が取れます。

◆ まとめ：心が整えば、プレーが整う

最後に、もう一度お伝えします。

メンタルは「整えることができる技術」です。

- ・感情をコントロールする方法を知る
- ・毎ショットのルーティンを作る
- ・考え方のクセをリセットする練習をする

これらを積み重ねることで、

“気合い”や“根性”ではなく、再現性ある冷静なゴルフが手に入ります。

次章では、

ゴルフの上達を支える「技術」 —

7つのインパクト要素について解説していきます。

第6章 | 7つのインパクト技術を磨く

ー「フォーム」より「当たり」を整える

◆ なぜ“インパクト”がすべてなのか？

スイング中、クラブがボールに触れるのは一瞬のインパクトだけ。

だからこそ、どんなに美しいスイングでも一瞬のインパクトがズレていけば、ミスショットになる。

逆に、見た目のスイングが多少崩れていても、“芯を食う”インパクトができていけばナイスショットになる。

この「当たる瞬間」を整えることが、本当にスコアを支える“再現性”につながるのです。

◆ インパクトを構成する7つの要素とは？

ここでは、ショットの結果に大きく影響する
** 「7つのインパクト要素」 **
を紹介します。

この7つを整えることで、
あなたのショットは飛躍的に安定します。

① 打点（フェースのどこに当たったか）

ボールがクラブフェースの芯に当たると、最大効率でエネルギーが伝わります。

トゥ（先）やヒール（根元）にズレると、飛距離が落ちたり曲がったりします。

→ 練習法：フェースに粉をつけたり、ショットマーカーを使って可視化する。

② フェース向き（インパクト時のフェースの角度）

フェースがどこを向いているかで、ボールの出だし方向が決まります。

方向性の8割はフェース向きで決まる、と言われるほど重要な要素。

→ 練習法：スティックや鏡を使って、自分のフェース向きを把握する。

③ グラウンドコンタクト（地面との接地のタイミング）

アイアンなら、ボールの先にターフを取るのが目安。

ボールの手前に地面を叩けば、ダフリ。
地面に触れなければトップになりやすい。
→ 練習法：タオルやラインを使って、正確なコンタクト位置を覚える。

④ ヘッド軌道（クラブがどの方向に動いたか）

アウトサイドインならカット、インサイドアウトならドロウ気味に。

この軌道がフェース向きとズレていると、スライスやフックの原因に。

→ 練習法：スティック2本で軌道を可視化したドリルがおすすめ。

⑤ 入射角度（クラブが上から？下から？）

ドライバーはややダウブローからややアッパー、アイアンはややダウブローが目安。

ボールと地面の関係に合わせた入射角を意識できるとミスが激減します。

→ 練習法：ヘッドの動きをスマホで撮影&スローで確認する。

⑥ ダイナミックロフト（インパクト時の実際のロフト角）

スイング軌道や手元の位置によって、番手通りの高さが出ないことがあります。

ダイナミックロフトが合えば、無理に上げようとしなくても高さが出る。

→ 練習法：シャフトの傾きを意識するシンプルなーフスイングがおすすめ。

⑦ ヘッドスピード（インパクト直前のスピード）

スピードがなければ飛距離は伸びません。

でも、「ただ振る」だけでは意味がなく、他の6要素を保ちながらスピードを上げることが大切です。

→ 練習法：軽い素振りでスピードの感覚を掴んでから、本スイングへ。

◆ すべての答えは「当たりの質」にある

スイングフォームにばかりとらわれていると、
このインパクトの中身が置き去りになります。

「なんか打感が違うな…」

「飛んだけど、ちょっと不安定だったな…」

そんなときは、7つのうち何がズレたのか？

それを観察・記録し、調整する習慣をつけて
ください。

◆ まとめ：磨くべきは、インパクトそのものの

最終的にスコアを決めるのは—

“スイングのカタチ”ではなく、“当たりの質”です。

この7つの要素を少しずつ整えていくことが、あなたのゴルフを根本から変えていく最短ルートになります。

次章では、これまでの内容をベースに

****日々の練習とラウンドにどう活かすか？****
をお話ししていきます。

第7章 | 日々の実践で整える

一練習・ラウンド・振り返りの“整え方”

◆ 整えた知識を「実践の場」で活かすために

これまでの章で、

- 考え方（スコアの前提）
- インパクトの仕組み（基礎と基本）
- 再現性とは何か
- 7つのインパクト要素

について学んできました。

ここで大事ななのは、これらをどう“行動”に落とし込むか？

つまり、「分かる」から「できる」へ変えるための実践プロセスです。

◆ ステップ① | 練習の目的を“整える”

まず意識すべきは、その練習の目的が何か？

ただ打つだけの“作業”になっていないかを確認しましょう。

たとえば：

- 打点を整えたい→フェースのどこに当たったかを確認
- 芯に当たらない→クラブの入り方をチェック
- 曲がる→フェース向きと軌道関係を見る

目的を明確にして打つ1球は、
10球分の価値があります。

◆ ステップ② | ラウンド中の思考を“整える”

ラウンド中は、
感情・判断・技術の総合勝負。

だからこそ、プレー中の「整えるべき思考」
は以下の3つ。

“できること”に集中する（コントロール可能な範囲）

→ 風、ライ、傾斜…状況はコントロールできない

自分の平均ショットを基準に判断する

→ 「芯に当たるかも」という希望的観測ではなく、現実ベースで考える

ナイスショットを狙わない。ナイス“判断”を積み重ねる

→ それがスコアを守る一番の近道

◆ ステップ③ | 振り返りを“整える”

ラウンド後、または練習後にやるべきことは「整った振り返り」。

よくある振り返りの失敗例：

- 「今日はダメだったなあ」で終わる
- 「よかった」「悪かった」だけの主観的評価

整った振り返りの例：

- 「今日は打点がトゥ寄り。なぜ？」→原因仮説→次回の対策
- 「アプローチの距離感良かった」→どんな感覚だった？→再現へ
-

このプロセスを続けると、自分で自分を整える力がついていきます。

◆ 継続こそが、整う力を育てる

整える力＝「自己調整力」は、反復の中でしか育ちません。

- 毎回フォームをいじるのではなく、
- 毎回**“整えるべき観点”**を意識してプレーしていく

それがあなたの中に蓄積され、
やがて「どんなときでも、ある程度整っている状態」でプレーできるようになります。

◆ **まとめ：整えるゴルフは、日々の実践から生まれる**

整えるゴルフとは、

**「崩れないように守る」ゴルフではなく、
「崩れても戻せる」ゴルフです。**

- **スイングの再現性ではなく、**
- **判断と観察の再現性を磨く。**

**それこそが、
安定スコアへの最大の近道です。**

第8章 | 整える力を伸ばす“自己調整”の技術

一コーチがいなくても上達できる人の共通点

◆ 「整える力」 = “自己調整力”とは？

これまでの章で紹介してきた「整える視点」と「7つのインパクト要素」。

それらを活かすには、自分で自分を修正していく技術=自己調整力が不可欠です。

自己調整力とは…

- 「ミスした原因を自分で仮説立てできる力」
- 「うまくいった理由を再現できる力」
- 「自分の“ズレ”に気づき、対応できる力」

これは、単なるスイング技術とは別のメタスキル。

つまり、あらゆる技術を“活かすための技術”なんです。

◆ 自己調整力が高い人の習慣① | ミスを“感覚”で記録する

ミスをしたとき、「スイングが崩れた」と決めつけていませんか？

実は、感覚のズレが原因のことも多いんです。
たとえば…

- 「ヘッドが地面から離れてる気がした」
- 「インパクトで押せてない感覚があった」
- 「構えたときからなんとなく違和感あった」

→ こうした“感覚ベース”の記録を取ると、
改善のヒントが見えてきます。

◆ 自己調整力が高い人の習慣② | ミスの“意味”を見抜く

ナイスショットとミスの違いは、「結果」だけで判断するのではなく、
どこで、どのくらいズレていたのかを把握することが大切です。

たとえば…

- 「右に出た」→フェースが右を向いてた？
クラブ軌道？
- 「トップした」→入射角？グラウンドコンタクト？
- 「スライス」→フェース？パス？打点のヒール側？

→ このように、

「何がどれだけズレたか？」というインパクトの“構造”視点でミスを見るクセをつける。

◆ 自己調整力が高い人の習慣③ | “1球1仮説”で成長を積む

上達の最大の秘訣は、「量」よりも「仮説の数」です。

毎球、ただ打つのではなく…

「今、こういう感覚で振ったら、どうなる？」

「少し前傾が起きたかも。それでダフった？」

「この打ち方、もう一度試して確かめてみよう」

というように、

1球ごとに仮説を立て、試し、観察し、修正する。

この繰り返しで、
最短距離の成長を生み出します。

◆ 自己調整を“支える道具”を持とう

紙のノート、iPadのメモ、スマホの録画など…

**** 「振り返りを助けてくれるツール」 **を1つ用意しておく、継続がしやすくなります。**

- スコアカードに気づきをメモ
- 練習前に目標を3つだけ書く
- ラウンド後に「良かったこと・悪かったこと・次回やること」を記録する

自己調整のための習慣化が、
ゴルフの成長スピードを加速させます。

◆ **まとめ：自分のゴルフを“コーチする力”を育てる**

「整えるゴルフ」の最終目的は、自分のゴルフを自分で導ける人になることです。

- 考え方を整え、
- 技術を整理し、
- 状況に応じて判断し、
- ミスを冷静に分析して修正する

この“自己調整力”を持てば、あなたのゴルフは、誰かに依存せず、自分の力で成長し続けていきます。

第9章 | 整えるゴルフが“安定スコア”につながる理由

一波の少ないゴルフに必要な“土台の整え方”

◆ スコアの波が激しい人に足りないもの

たまたま80台が出ても、次の週には100を叩いてしまう…。

こうしたスコアの不安定さに悩む方は非常に多いです。

その理由は「技術不足」ではなく、“整った状態”を再現する仕組みがないからです。

上手くいった日には「何が整っていたのか？」を言語化できない。

だから、次に活かせない。

→ 結果、再現できず、波が激しくなる。

◆ 整えるゴルフが“安定”をもたらす理由

これまで紹介してきた「4つの視点」と「7つのインパクト要素」は、

いずれも、スイングを再現性のあるものに近づけるための“土台”です。

たとえば…

- **「考え方」**が整っていれば、ミスに動揺しない
- **「構え」**が整えば、毎回同じ出発点を持つ
- **「判断」**が整えば、無理をせず大きなミスが減る
- **「感覚」**が整えば、細かなズレに即座に対応できる

→ このように、
各要素が少しずつブレを減らし、全体として“波の少ないゴルフ”になるんです。

◆ 一発のナイスショットではスコアは安定しない

多くの方は、「もっと飛ばしたい」「ナイスショットを増やしたい」と考えます。

しかし、それよりも大切なのは…

「悪くてもこの程度で収まる」範囲を底上げすること。

つまり、“ミスの平均値を整える”ことが、結果的にスコアのブレ幅を小さくし、安定感につながります。

整えるゴルフは、この“平均の質”を高めていく考え方です。

◆ 「今日は調子悪いな」から抜け出せる方法

調子が悪い日こそ、“整えるゴルフ”の真価が発揮されます。

たとえば…

- 出球が右に出る → フェース向きのズレ？
軌道？
- ダフリが多い → グラウンドコンタクトの
精度？入射角？
- 飛距離が落ちる → ダイナミックロフト？
打点？スピード？

こうした要素ごとの視点を持っていれば、
「感覚的にズレてるな…」という日も、
冷静に自分で修正ができます。

「今日は仕方ない」で終わらず、
「何を整え直せばいいか？」
が分かるようになります。

◆ まとめ：スコアを“整えていく”という考え方

スコアを良くするというのは、
「何か特別な技術を身につける」
というよりも、

“整っている状態”
を毎回つくれる人になること。

この講座で紹介してきた考え方を、
もう一度整理すると…

4KEYS 4 BETTER GOLF 7IMPACT FACTORS BY SHUICHI MUROYA

✓ 整える4つの視点

- 考え方を整える（メンタル・思考習慣）
- 構えを整える（アドレス・セットアップ）
- 判断を整える（戦略・状況判断）
- 感覚を整える（自己調整・フィードバック）

✓ 整える7つのインパクト要素

- 打点
- フェース向き
- グラウンドコンタクト
- ヘッド軌道
- 入射角
- ダイナミックロフト
- ヘッドスピード

これらが“自分の基準”として定まってくると、
どんな日でも、
自分なりの整え方で
ゴルフができるようになります。

◆ 最後に——次のステップへ

ここまでお読みいただき、本当にありがとうございました。

「整えるゴルフ」という考え方が、あなたの中に少しでも根付いたなら、

次は、それを“あなたのゴルフにどう当てはめていくか”が大切です。

整ったゴルフは、
スコアだけでなく、
プレーそのものを楽しくします。

もっと安定した、
もっと心地よいゴルフを目指していきましょう！！

4KEYS 4 BETTER GOLF
7IMPACT FACTORS
BY SHUICHI MUROYA

とは言っても、、、
一人ではなかなか難しい部分もあると思います。
す。

そこで、
Zoomでの無料セッション
もご用意しています。

あなたのゴルフの現状と課題を一緒に見つけながら、

整えるゴルフを“自分のもの”にしていきませんか？

[👉こちらからご予約いただけます](#)

4KEYS 4 BETTER GOLF
7IMPACT FACTORS
BY SHUICHI MUROYA

また、期間限定のレッスン特別オファーも用意しております。

あなたのゴルフ上達に必ず役立つ内容だと自負しております。

ぜひチェックしてみてください。

[👉特別オファーのページへ](#)