

ゴルフフィッティング パター編

5000人を 教えた男



佐藤一郎の感性と理論のフィッティング

今回はゴルフフィッティングのパター編です。
テーマは狙えるパター、タッチの出せるパター、そして入るパターの発見です。こんなパターを見つけるのは至難の業のようですが、ゴルフフィッティングの基本的考え方であるクラブの機能と

狙えるパターの発見

紐付けされたやるべき動作を見し、そのやるべき動作をした時やりやすいと感じる道具を見つけよう。こんな方法でやってみると技術と道具が同時に手に入ります。

現状がどうなっているのかを知っていただきます。自分のパターを使い3mほどの距離でカップを狙っていたいただきます。フェースにミラーをつけレーザーを飛ばし自分が狙っていることに対してのズレを調べます。これは左右のズレだけでなく上下に関するものも行



レーザーによるエイミングテスト

ます。
自分のつもりと実際のギャップを知ります。ギャップがあるという事は正確に狙えてないことを意味します。そこでやるべき動作を説明します。まず姿勢づくりからです。ストロークをした時揺れない重心位置をみつけます。写真のようなエアードイスに乗って何球かボールを打って頂きます。10mくらいの距離がいいと思います。この時ストロークと共に自分のウエイトが移動してしまうことに注目し、ストロークした時ぐらぐらしない位置を左右の足の裏など下半身で見つけます。それが見つかったらディスクから下りてそ

の重心位置で構えてみます。ディスクから下りた直後は足が地面にピタッと安定している感じが分かれます。これを見えます。
次に発見した揺れない重心位置でボールからカップ、カップからボールと目線を往復させて確定します。目線は利き目を使って先ほどのテストで上にずれた方はボールの後ろ(3時の位置)から、下方にずれた人はボールの前(9時の位置)からスタートさせ往復させます。往復してずれないように姿勢(前傾度合い、手の位置)を見つけてます。パターのフィッティング器具を使ってやってみると適正

姿勢と目線の確定

最適重心位置の発見



な姿勢の取れるパターの長ささう
イ角度が見つかります。

距離感について

距離感についてお客様の考えを
伺います。あまり明確な答えが返
ってきません。距離勘のみだから
です。そこでゴルフフイッティ
ングでの考えを説明します。

ピンをもって他人のパットを観
察してみるとボールが打ち出され
てから止まるまでの様が見えジャ
スタタッチのイメージができるよ
うになります。これを距離観と呼
びます。自分の勘にボールが打ち
出されて止まるまでの様を見る観
察力を加味したものが距離感であ
る。と定義します。(感 \parallel 勘+観)
そして距離感(距離を合わせる)
とは「止める」ということをするこ
とだと説明します。

まず10mくらい先のカップで止
めることをやっていただきます。
止まっているボールを打って止め
るためには、全体の距離の1/3
を加速させ、中盤の1/3では定
速でボールが転がり、後半の1/
3で減速に入ると止まります。こ
のようなプランを立てます。そし

て実際やってみます。止めるため
に加速 \rightarrow 定速 \rightarrow 減速 \rightarrow 止まるとい
うボールの速度変化をイメージし
必要な加速部分までストロークし
てみることでイメージと実際が合
うことを確認します。

イメージしたことと実際の結果
がずれている場合には重量のフイ
ッティングを行いタッチを出せる
パター(打感と出球の強さの合う
パター)にたどり着くまで繰り返
します。

入れるためにすべきこと

打感の合うパターを使って止め
るコントロールができるようにな
ったら最後は入れるためにすべき
こととその動作をした時やりやす
い道具を発見するという作
業を行います。

まずゴルフフイッティン
グのスタンスを説明しま
す。入れるためにすべきこ
とは「強く打つこと」です。
これを明確にします。そし
て強くボールのどこを打つ
かを伝えます。先ほどの目
線のところで見つけた目線
のスタートポイント後方か

らの人は3時、前方からの人は9
時(9時を打つはイメージ)、そこ
を打つことを話します。(写真参
照)目線が確定でき、打つ場所がは
つきりしているのにそこに当たら
ないのにはテークバックでヘッド
が揺れることが原因となります。
そこでグリップエンドへのカウン
ターバランスを施し揺れないパタ
ーにします。

パターのゴルフフイッティング

パターのゴルフフイッティング
では、

- 1 狙えているか
 - 2 タッチが出せているか
 - 3 正しい打点を打っているか
- この3点を目的とします。

利き目を使った目
線の確定をすること
により「狙う」こと
が可能となります。
そのためにプレイヤ
ーのすべきことはス
トロークしても揺れ
ないバランスの取れ
た姿勢を作ること
です。その姿勢をとる
ために最適な長さ

ライ角度のパターにします。

次に「タッチ」については
出球の強さをコントロールす
ることが必要です。そのため
打感のフイッティングを施し
ます。打感にはヘッドの素材に
もよりますが、シャフト中央
部分への重量配分で最適な打
感を提供できます。最後は「正
しい打点へのヒット」ですが
これは目線が確定されていれ
ば、バックスイングでのヘッ
ドの揺れを取り除くことで実
現できます。グリップエンド
へのカウンターバランスフイ
ッティングで対処します。

パターは感覚的な要因が大半を
占めているため、たくさんの形や
長さの物があります。どれを選ん
だらよいか迷うところです。し
かしここで述べたようなガイドラ
インを作ると自分のすべきこと
と扱いやすい道具(パター)を手に入
れることが容易となります。パッ
ティングの調子が悪くなった時、
入らなくなった時、このフイッテ
ィングされたパターで打ってみる
と修正点を道具が教えてくれま
す。

今回はゴルフフイッティングと

佐藤一郎(さとう・いちろう)

1954年6月生まれ、東京都出身。筑波大学大学院スポーツ
経営修士卒。1986年(社)日本プロゴルフ協会入会。故チャ
ック・キャンベルプロに師事、ゴルフプロフェッショナルとしての
資質を学ぶ。クラブに関してはリペア、クラブデザイン、フイッ
ティング&フィッター養成など行なう。スイングに関しては百貨店の
主催するゴルフスクール用教材の開発、ウェットシフトアナ
ライザー開発、パソコン通信でのレッスンなど幅広く活動し、プ
ロ活動30年を機に自らのレッスン手法「3Sゴルフ理論」を確
立した。その他、筑波大学大学院にてスポーツマーケティング
を学び卒業後ゴルフコースの再生ビジネスに従事した。近年
はキネシオロジーをゴルフ指導に生かす研究をしている。

というプログラムのマーケティン
グの総括をしてみたいと思います。

パターヘッドの種類



重量フイッティングパーツ

