

2021/12/01



Robot Swing Golf

ロボットスイングゴルフ

SWING ANALYSIS REPORT

スイング分析レポート

No.0000001

山田太郎様 JP0



ロボットスイング研究所



この度はロボットスイングゴルフのスイング分析レポートにお申込み頂きまして誠にありがとうございます。

ロボットスイング研究所の所長の柳橋昌行です。よろしくお願いいたします。山田太郎様のコードネームはJPOです。このレポートにおいてはコードネーム（敬称略）を使用しますのでご了承ください。

このレポートではJPOの後方のドライバーショットとアイアンショットの分析を行いました。

JPOはオンプレンスイングを実践しているとのことですから、オンプレンスイングの基本通りにスイングできているかをチェックしてみました。

今回のスイング分析レポートを参考に練習されることをお勧めいたします。

ゴルフスイングで重要なのは、強い腕の振りではありません。

スイング中の力感配分は下半身60%、上半身30%、腕、手10%が理想です。

この力感でスイング出来れば、腕は勝手に振られるでしょう。

JPOの短期間でのゴルフの上達をお手伝いできれば幸いです。

今後とも、ロボットスイングゴルフをよろしくお願いいたします。

※このレポート及び動画は個人的なご利用に限ります。SNS、ホームページ、ブログなどには掲載しないでください。（公開不可）

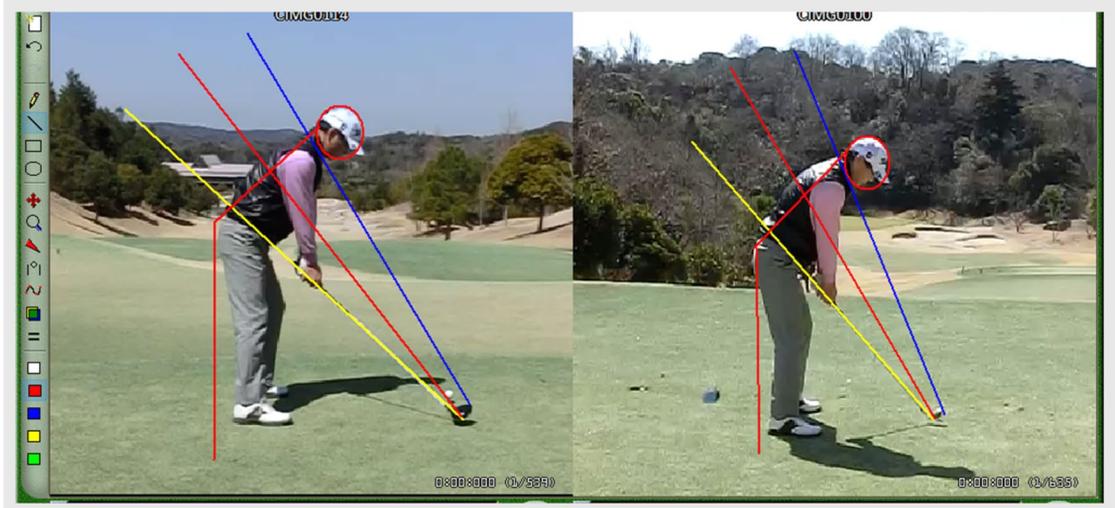
ロボットスイング研究所

所長 柳橋 昌行

USGTF ティーチングプロ



1 アドレス



ドライバー、アイアンともに上半身の前傾角が深いでしょう。スイング全般を通して前方（ボール方向）に回転しやすく、プッシュ系のボールが多くなりそうな構えです。

2 テークアウェイ（バックスイングの最初の動き）



バックスイングの始動でクラブがシャフトライン（黄線）上に重なっているのが適正なバックスイングの始動です。

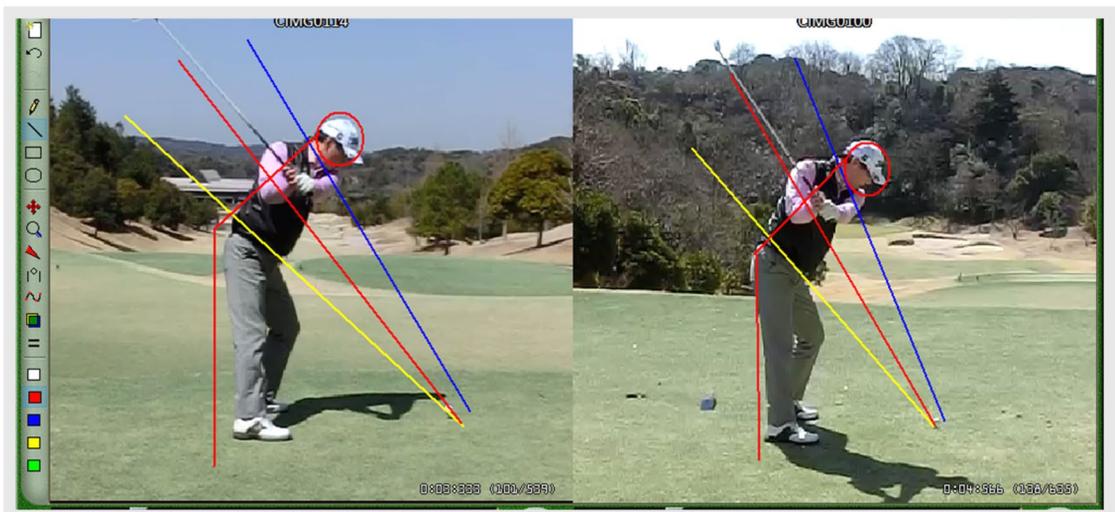


3 ハーフウェイバック



上半身の前傾角が保たれ、頭の位置も動いていません。両膝の曲げ角度も適正です。クラブのシャフトは目標線と平行になっているので適正です。ただし、クラブフェイスの向きは前傾角度に対して少しオープンになっています。

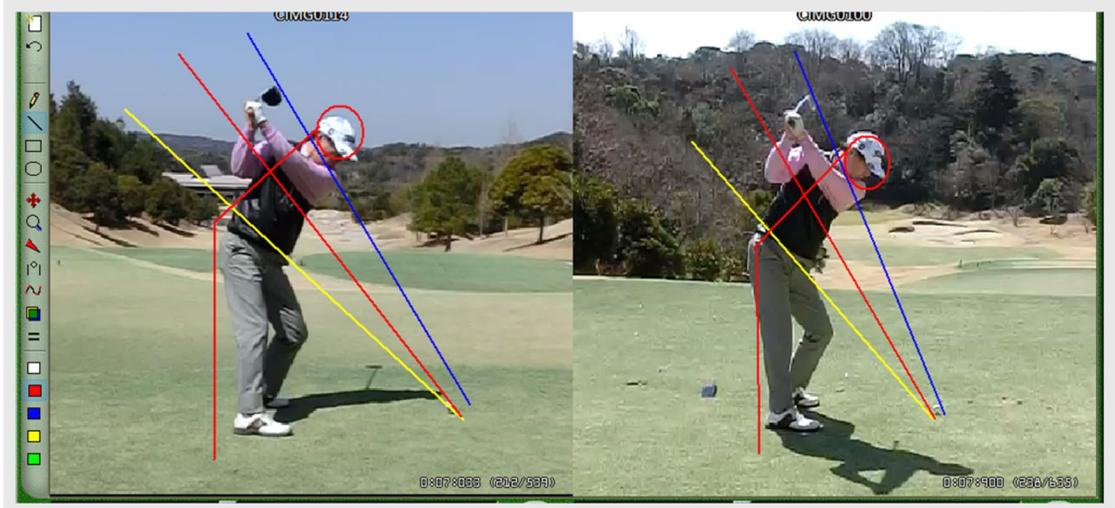
4 スリークォーターバック



上半身の前傾角、頭の位置は適正です。左肩はもう少し回転すると良いでしょう。両膝の角度も適正です。右肘が十分に畳み込まれてレバーシステムは完了しています。ドライバーのクラブシャフトは少し寝た状態かもしれませんが。グリップエンドが目標線上（ボールの方向）を指しているのが適正な状態です。



5 トップ（バックスイングの完了）



上半身の前傾角も保たれ、左肩も十分に回転しています。ただし、目標線方向より少し回転し過ぎているかもしれません。右方向へのプッシュボールが出やすいトップポジションです。

6 スリークォーターダウン



アイアンショットのダウンスイングの上半身の動作はとて良いでしょう。ドライバーショットは腰が前に回転して、上半身が少し起き上がりだしています。クラブはプレーンライン（赤線）上あり適正です。両腕、両膝の動作も問題ないでしょう。



7 ハーフウェイダウン



アイアンショットはクラブシャフトの向きが目標方向と平行になっているので適正です。ドライバーショットは右方向へ打ち出すクラブシャフトの向きになっています。

8 インパクト



アイアンショットの左腰の位置は適正です。ドライバーショットは体全体が前に出ています。体重は左足に移動してクラブのシャフトはシャフトライン（黄線）とプレーンライン（赤線）の間にあり適正です。



9 スリークォーターフォロー（フォロースルー）



上半身の前傾角はある程度保たれています。クラブの振り抜き方向は良いでしょう。（プレーンライン（赤線）上に重なっている）。

10 フィニッシュ



ドライバーショット、アイアンショットともに安定したフィニッシュになっています。スイング全体を通してオンプレーンスイングが実践できています。



円錐によるチェック

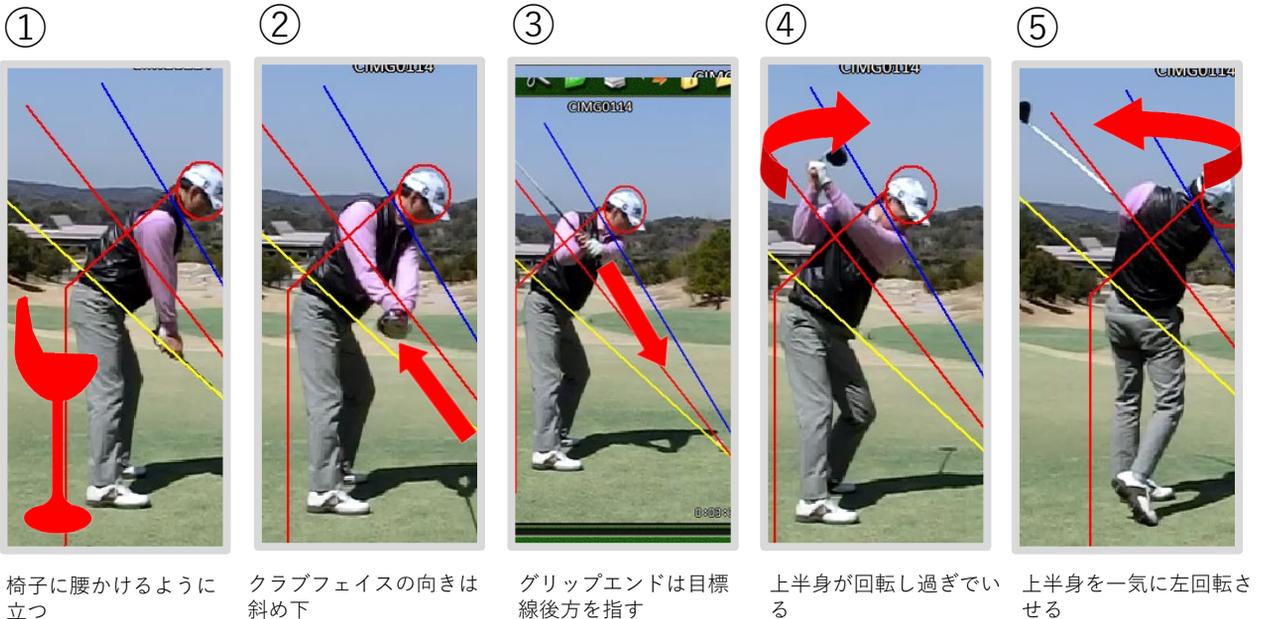


円錐の中でスイングできています。体のブレが少ない安定したスイングです。



今後の練習アドバイス

JPOのスイングは全体的にクラブフェイスの向きが少し開き気味（オープン）なので、スライス系やプッシュボールが多いのではないのでしょうか。現在主流のクラブは、クラブの開閉を少なくして打つ方が球筋は安定します。また、体の回転に対して腕の振りが少し遅れているようです。左へのフックや引っ掛けボールを嫌がっているようなスイングです。体をしっかりと回転させて、腕を左方向へ振りぬけばもう少しストレート系のボールが出るでしょう。



- ① アドレス前傾角が少し深いので、バーのカウンターの後ろにある椅子に腰かけるような姿勢でどっしりと構えましょう。
- ② バックスイングでクラブフェイスを開いて上げています。前傾角に合うようにクラブフェイスの向きは斜め下にしましょう。
- ③ バックスイング後半でクラブのグリップエンドは目標線後方を指すようにしましょう。
- ④ トップポジションの上半身を回転させ過ぎてるので、ダウンスイングで上半身の左回転が少し遅れています。
- ⑤ インパクトからフォローは上半身の回転で振りぬくようにしましょう。

このような動作を下半身60%、上半身30%、手、腕10%の力感で行います。

どうですか、イメージできましたか？



1 アドレスとインパクトの位置のドリル

アドレスのポジションが非常に大切なのは、ボールを芯で打つためにクラブをアドレスポジションに戻す必要があるからです。

目的

これは、あらゆるショットのアドレスでインパクトの位置のイメージを持つためのメンタルドリルになります。



こちらは一例です
あなた様に合ったその他の有効な練習ドリルを紹介します