

Dr.高田、宮崎プロの Functional Golf



ゴルフ大会

こんにちは、ティーチングプロの宮崎太輝です。暑くなってきましたね。夏といえばゴルフコンペ。今年もさまざまなコンペがニューヨーク近郊で開催されていますね。僕はプロなのでアマチュアトーナメントには参加できませんが、昨年引き続き、「Best30 チャリティゴルフトーナメント(以下Best30)」にゲスト参加させていただきました。Best30は今月9、10日に、ニュージャージー州のRoyce Brook Golf Courseにて開催されました。このコラムを共同執筆している高田洋平先生は、オープン部門2日間、76、75の成績で見事3連覇を達成されました。練習量、ラ

ウンド数が少ない中、彼の提唱する身体を効率化することでゴルフが上手くなる、という理論が実証されましたね。

さて、こうした大会はゴルフの上達に大変有効です。その理由の1つ目は、競技方式ということが挙げられます。この大会のモットーは「真剣勝負」なので、スクラッチ方式(ハンディキャップなし)で競技が行われます。ニューヨーク近郊で開催されるほかの日系コンペでスクラッチ方式の大会はないので、日ごろから真剣にゴルフに取り組んでいるゴルファーにとって、この大会は絶好の腕試し機会となっています。並みいる猛者たちの中での自分の実力は、このような大会に出てみないと分かりま

せん。そしてこれから自分はどうなトレーニングに取り組めばよいか分かる良い機会になります。

また、一打の差で順位が入れ替わるので一打の大切さが実感でき、良い緊迫感が生まれ、優勝や準優勝はもちろんのこと、1つでも順位が上がることは自分の自信になります。Best30でも、例年18番ホールにはギャラリーができて、皆さん真剣に最後まで分からない勝負の行方に手に汗握っています。

そして、2つ目は大会が数日にわたるということ。通常のコンペは1日で終わってしまうので、その日の調子によって影響が出ます。でも何日も続くと、後で挽回できたり、またその逆もあったり、コンスタント



Best30参加メンバーの記念撮影

に自分のゴルフ力を維持する必要が出てきます。

このようなトーナメントに参加することは普通にゴルフをプレーしたり普通のコンペに参加するのはまた違うゴルフの楽しみ方を見いだせるのではないのでしょうか。

Func-Physiotherapyやゴルフ雑誌社などのスポンサーの下、米国の日系企業のゴルフNo.1を決める若手の企業対抗戦を秋に行います。詳細は後日発表しますので皆様お楽しみに！

Biography 高田洋平



DPT, CFMT, OCS, SCS, CAOPT, ゴルフを中心としたスポーツリハビリを学びたいと渡米。コロンビア大学でDoctor of Physical Therapy (理学療法学・博士号)を取得。現在Func-Physioのオーナー。ゴルフリハビリの資格:TPI(Titlleist Performance

Institute) Medical Profession-Level III。
USGA Handicap: +0.3
連絡先 / yt@funcphysio.com
TEL (347)497-0500

Biography 宮崎太輝



NY市立大学大学院で Exercise Science & Rehabilitation を専攻し、効率よく新しい身体の動きの習得を促すために運動学習を研究。東京でプロやインストラクター、トレーナーに向けてゴルフフスイングや指導法の講習を行った経験を持つ。現在はMosholu Golf

CourseとWestchester Driving Rangeにてレッスン活動を行う。
連絡先 / taikim@motorlearninggolf.nyc
TEL (516)467-6699