

傾斜地のショット「前上がり」

前上がりの傾斜地で、ストレートボールを打つための方法です。

前上がりの傾斜地では、自分のからだとボールとの距離が平地とは異なります。斜面の分だけボールは近く、平地より高い位置にあります。これに対処するためには、クラブを短く持って、ボールに近づいてアドレスします。ボールに近づくことで平地との高低差を少なくするのです。

アドレスでの上体の前傾角度は平地と同じで、体重はかかと寄りです。スイング中もかかと寄りの体重は保ったままです。

この状況で、傾斜どおりにクラブのソールを地面につけてセットすると、シャフトは水平面に対してフラットになり、クラブのフェイス面は左を向いてしまいます。前上がり斜面でフックボールがでやすい原因です。そこで、ストレートボールを打つためには、クラブヘッドのヒール部分を浮かせてセットアップし、フェイス面をターゲット方向へ正対させます。つまり、斜面の状況を「消して」しまふセットアップをします。

クラブの選択はよく考えましょう。前上がりの斜面では、不安定なアドレスのためフルショットは難しくなりますし、クラブも短く持っていますので、飛距離は落ちてしまいます。

また、急角度の斜面では、フェイス面を正対させるセットアップはできなくなります。そのときはフックボールがでることを前提にショットします。



平地のセットアップ。



前上がりのセットアップでも前傾角度は平地と変わらない。体重はかかと寄り。クラブヘッドのヒール部分を浮かせて、フェイス面をターゲット方向に向ける。