



アイアンの弾道を自分のイメージした高さに上げる方法

アイアンの打球が平均にライナーボールが多くて高いボールが出ません。



弾道の高さは、クラブヘッドのロフト角と打ち込み角度（ブロー）で決まりますが、ご質問のように球の高さが低い場合、インパクトでロフト通りに当たらず、ロフト角が立っている可能性があります。

その原因としては、

- ① ボール位置が右寄り過ぎる。
- ② グリップをフックに握り過ぎる。
- ③ スウィング軌道がアウトサイドインである。
- ④ インパクトで左体重過ぎる。

などにより、クラブが急角度でボールに当たるため、ボールが高く上がらないと考えられます。

そこで、まずご自身でアドレスをチェックしてみてください。アイアンでのボール位置は、スタンスの中央を基準として、ボール1個分右寄り程度までが許容範囲です。それ以上右側に置くと、ロフト角が立った状態でインパクトすることになります。また、極端なフックグリップになっていないかもチェックしてください。フックグリップに握り、インパクトでのフェースの返しが大きいと、ロフト角が立ってしまうので、ボールは高く上がりません。

カリスマプロゴルファーが

あなたの悩みを一発解消



アイアンの場合は、ボールの位置をスタンスの中央にし、フックグリップにならないように注意する

このように、打ちたい高さをイメージし、目線を高く保ちながらアドレスを作りましょう。そして、フォロースルーは大きく飛球線へ放り出すイメージで、高いフィニッシュを心がけてみてください。また、ゴルフクラブとのマッチングもスウィングに大きな影響を与えます。よって、ご自身のヘッドスピードやスウィングにお使いのクラブが合っているかどうかを、ゴルフショップなどで測定してみることも解決の助けになるかもしれないので、試してみてください。