

38 **2019年新ルール対応** 基本ルールを知っておけばコースであたふたしない!
こんなとき、どうする?

40 知っておくべき15のマナー
ゴルフマナー これだけは覚えよう

64 ゴルフの“脳力”をきたえてスコアアップ!
初めてのコースマネジメント



巻頭
特集

ゴルフに誘われたら
これだけ覚えればOK!

04 **最新ゴルフ入門**

- 06 STEP 01 ゴルフデビューまでの流れを知ろう
- 07 STEP 02 失敗しない! 初めての練習場手順
- 08 STEP 03 ポイントを押さえて練習しよう!
- 10 STEP 04 必要な道具を購入しよう!



72 読むだけでスコアが上がる!
ゴルフの悪知恵30



82 ラウンド経験のない人は必見!
コースデビューまでの練習メニュー 最新版

83 1週間で激的に変わる!
重要度別 即効レッスン

- 84 **重要度 ★★★** 「コレができないとボールに当たらない」
- 90 **重要度 ★★** 「コレができないと安定しない」
- 98 **重要度 ★** 「コレができないと飛距離が伸びない」



106 力強いストレートボールを打つためのお手軽レッスン
もうスライスに悩まない!

ラウンドの
お供に!

20 **コラム** コースデビューまでに知りたいゴルフ用語

111 **特別企画** 切り取ってポケットに! 状況別即効テク早見表



15 マンガでわかる!
超初心者超必見! 最新ゴルフルール



21 初めてでもよくわかる! コースで必ず役立つ!
**スコアをグッと縮める
ショット術**

- 22 >>> ドライバー編
- 26 >>> ユーティリティ フェアウェイウッド編
- 30 >>> アイアン編
- 42 >>> バンカー編
- 48 >>> アプローチ編
- 54 >>> パット編

