

日本海カントリークラブ



ロビー



実施日：2017年09月29日（金）



レストラン

はまなすが咲く日本海の渚の近く、美しい松林に覆われている砂丘に造られた27ホールのシーサイドコース

自然のままの適度な起伏と赤松の大木がハザードとして生かされた設計。

要所に配された池、バンカーがより戦略性を高め、ティからグリーンまで爽やかな緊張感とともにラウンドできる本格的なコースです。
愛鳥ゴルフコースにも設定されたばかりでなく、NST新潟オープンゴルフ選手権大会が2度開催されております。



東コース・1

【PAR】4 【距離】 ベント: 369Y

2パット
(3歩)

ボギー
2打目は少し押し出して危うく右林の中だが、セーフ。上手くグリーンオンできた。



コース名: 日本海CC(東C→西C)

グリーン: ベント

OUT 前半(東C)													宮住 康一	渡辺 一秀	甲田 玲子
HOLE	HCAP	BRFL	PAR	ティーショット	FWキープ	2ndショット	3rdショット	4ndショット	アップローチ	パーオン	パット数				
1	5	369	4	1W ○	◎	7W ○				AW ○	2	5	6	6	

Hole1
Par4(BT:396yrd RT:369yrd)
Tee Shot



1/27

コース紹介

西コース

中コース

東コース

東コース・2

【PAR】4 【距離】 ベント:391Y

2パット
(9歩)



ボギー
とりあえず問題なし!
上手いきました。

コース名: 日本海CC(東C→西C)

グリーン: ベント

OUT 前半(東C)														宮住 康一	渡辺 一秀	甲田 玲子
HOLE	HCAP	BRFL	PAR	TEEショット	FWキープ	2ndショット	3rdショット	4ndショット	アプローチ	パオン	パット数					
1	5	369	4	1W ○	◎	7W ○				AW ○	2	5	6	6		
2	2	365	4	1W ○	◎	7W ○				AW ○	2	5	5	4		

日本海カントリークラブ (新潟県)

コース図

みんなのスコア

Hole2
Par4(BT:421yrd RT:321yrd)
Tee Shot



4/27

コース紹介

西コース

中コース

東コース

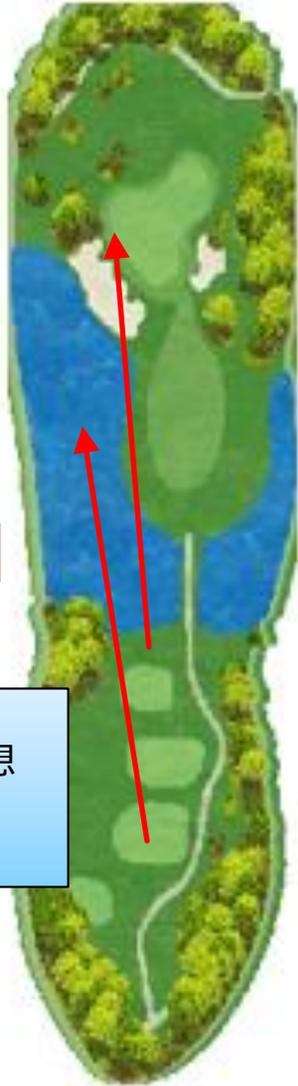
東コース・3

【PAR】3 【距離】 ベント: 171Y

3パット
(18歩)

池ポチャ!

トリプルボギー!
池が気になると、予想通りの結果になる一呼吸置くこと。



コース名: 日本海CC(東C→西C)

グリーン: ベント

OUT 前半(東C)														宮住 康一	渡辺 一秀	甲田 玲子
HOLE	HCAP	BRFL	PAR	ティーショット	FWキープ	2ndショット	3rdショット	4ndショット	アプローチ	パーション	パット数	スコア	スコア			
1	5	369	4	1W ○	◎	7W ○				AW ○	2	5	6	6		
2	2	365	4	1W ○	◎	7W ○				AW ○	2	5	5	4		
3	9	148	3	7I ×	/	8I ○				前池	3	6	4	2		

日本海カントリークラブ (新潟県)

コース図

みんなのスコア

Hole3
Par3(BT:189yrd RT:171yrd)
Tee Shot



7/27

コース紹介

西コース

中コース

東コース

東コース・4

【PAR】4 【距離】 ベント:384Y

2パット
(8歩)



ダブルボギー
ドライバー当たらず、
2打目の7Wは引っかけ
気味。結果はまずまず。

コース名: 日本海CC(東C→西C)

グリーン: ベント

OUT 前半(東C)														宮住 康一	渡辺 一秀	甲田 玲子
HOLE	H CAP	BR FL	PAR	テー ショット	FW キープ	2nd ショット	3rd ショット	4nd ショット	アプ ローチ	パ ーオン	パ ット数					
1	5	369	4	1W ○	◎	7W ○				AW ○	2	5	6	6		
2	2	365	4	1W ○	◎	7W ○				AW ○	2	5	5	4		
3	9	148	3	7I ×	/	8I ○				前池	3	6	4	2		
4	1	359	4	1W △	前	7W △	8I △			AW ○	2	6	6	6		

日本海カントリークラブ (新潟県)

コース図

みんなのスコア

Hole4
Par4(BT:410yrd RT:384yrd)
Tee Shot



9/27

コース紹介

西コース

中コース

東コース

東コース・5

【PAR】4 【距離】 ベント: 333Y

3パット
(9歩)



ボギー
2パットで行きたい!

コース名: 日本海CC(東C→西C)

グリーン: ベント

OUT 前半(東C)

日本海カントリークラブ (新潟県)

コース図

みんなのスコア

Hole5
Par4(BT:353yrd RT:333yrd)
Tee Shot



12/27

コース紹介

西コース

中コース

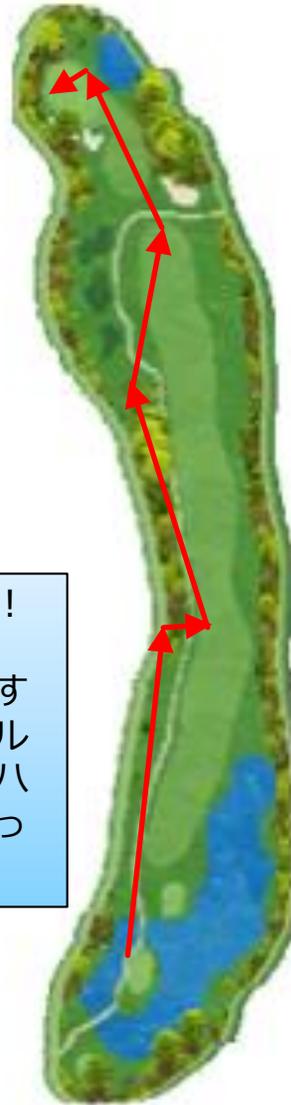
東コース

5	7	333	4	1W	◎	7W					◎	3	5	7	5	
				○		○										
6	4	510	5	1W	左	AW	7W	8I		AW	AW		2	8	7	6
				○		○	△	○		△	○					
7	8	157	3	6I	/					AW	前	3	5	5	3	
				△						○						
8	3	478	5	1W	◎	3W	3W			AW	Pt		2	7	10	8
				○		△	○			○	○					
9	6	383	4	1W	右	8I	7W			AW			3	7	6	5
				○		○	○			○						
OUT		3058yd	36		4						1	22	54	56	45	
					57	FWキープ率 (%)					14	パーオン率 (%)				

東コース・6

【PAR】5 【距離】 ベント:530Y

2パット
(7歩)



トリプルボギー！
1打目のドライ
バーが左に行き
すぎて動揺、ホ
ールアウトま
でチグハグに
なりました。

コース名: 日本海CC(東C→西C)

グリーン: ベント

OUT 前半(東C)

日本海カントリークラブ (新潟県)

コース図

みんなのスコア

Hole6
Par5(BT:574yrd RT:530yrd)
Tee Shot



15/27

コース紹介

西コース

中コース

東コース

6	4	510	5	1W	左	AW	7W	8I		AW	AW		2	8	7	6
				○		○	△	○		△	○					
7	8	157	3	6I	/						AW	前	3	5	5	3
				△							○					
8	3	478	5	1W	◎	3W	3W			AW	Pt		2	7	10	8
				○		△	○			○	○					
9	6	383	4	1W	右	8I	7W				AW		3	7	6	5
				○		○	○				○					
OUT		3058yd	36		4							1	22	54	56	45
					57	FWキープ率 (%)						14	パーオン率 (%)			

東コース・7

【PAR】3 【距離】 ベント:175Y

3パット
(5歩)



ダブルボギー！
ここの2段グリーン
難しい！！

コース名: 日本海CC(東C→西C)

グリーン: ベント

OUT 前半(東C)

日本海カントリークラブ (新潟県)

コース図

みんなのスコア

Hole7
Par3(BT:201yrd RT:175yrd)
Tee Shot



19/27

コース紹介

西コース

中コース

東コース

7	8	157	3	6I						AW	前	3	5	5	3	
				△						○						
8	3	478	5	1W	◎	3W	3W			AW	Pt	2	7	10	8	
				○		△	○			○	○					
9	6	383	4	1W	右	8I	7W				AW	3	7	6	5	
				○		○	○				○					
OUT		3058yrd	36		4							1	22	54	56	45
					57	FWキープ率 (%)						14	パーオン率 (%)			

東コース・8

【PAR】5 【距離】 ベント:510Y

2パット
(2歩)

ダブルボギー
3番ウツドの精度
を上げよう！



コース名: 日本海CC(東C→西C)

グリーン: ベント

OUT 前半(東C)

日本海カントリークラブ (新潟県)

コース図

みんなのスコア

Hole8
Par5(BT:532yrd RT:510yrd)
Tee Shot



21/27

コース紹介

西コース

中コース

東コース

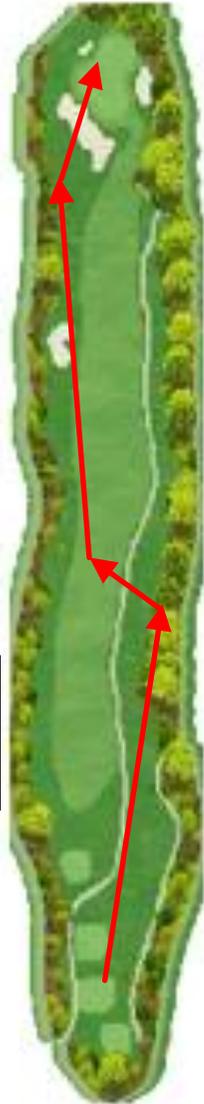
8	3	478	5	1W	◎	3W	3W			AW	Pt		2	7	10	8	
				○		△	○			○	○						
9	6	383	4	1W	右	8I	7W				AW		3	7	6	5	
				○		○	○				○						
OUT		3058yd	36		4							1	22	54	56	45	
					57	FWキープ率 (%)						14	パーオン率 (%)				

東コース・9

【PAR】4 【距離】 ベント:403Y

3パット
(4歩)

トリプルボギー
2.5mからの3パット
は本当に痛いのです。



前半 5 4
昼食です
午後から頑張ろう！

コース名: 日本海CC(東C→西C)

グリーン: ベント

OUT 前半(東C)

日本海カントリークラブ (新潟県)

コース図

みんなのスコア

Hole9
Par4(BT:426yrd RT:403yrd)
Tee Shot



25/27

コース紹介

西コース

中コース

東コース

9	6	383	4	1W	右	8I	7W			AW		3	7	6	5
				○		○	○			○					
OUT		3058yrd	36		4						1	22	54	56	45
					57	FWキープ率 (%)					14	パーオン率 (%)			

西コース・1

【PAR】4 【距離】 ベント:376Y

1パット
(1歩)



A

ボギー！
AWのアプローチが
バッチリ決まった。

日付: 2017-9-29 天候: 晴れ 風: 微風

IN 後半(西C)

HOLE	HCAP	BRFL	PAR	TEEショット	FWキープ	2ndショット	3rdショット	4ndショット			アプ ローチ	パ ーオン	パ ット 数	宮 住 康 一	渡 辺 一 秀	甲 田 玲 子
10	7	376	2	1W ○	◎	8I △	8I △				AW ○		1	5	5	5

日本海カントリークラブ (新潟県)

コース図 みんなのスコア

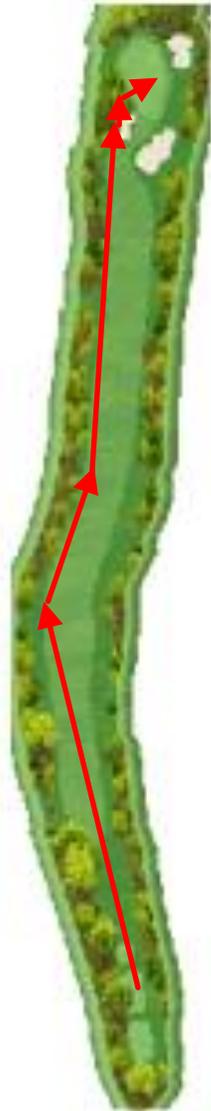
Hole1
Par4(BT:392yrd RT:376yrd)
Tee Shot



西コース・2

【PAR】5 【距離】 ベント:504Y

1パット
(3歩)



ボギー
バンカーからの脱
出がイマイチだっ
たが、パットが決
まるとスコアアッ
プ間違いなし！

日付:2017-9-29

天候:晴れ

風:微風

IN 後半(西C)

HOLE	H C A P	B R F L	P A R	テ ー シ ョ ット	F W キ ープ	2 n d シ ョ ット	3 n d シ ョ ット	4 n d シ ョ ット			ア プ ロ ー チ	パ ー オ ン	パ ット 数	宮 住 康 一	渡 辺 一 秀	甲 田 玲 子
10	7	376	2	1W ○	◎	8I △	8I △				AW ○		1	5	5	5
11	5	504	5	1W ○	◎	3W △	7W OB			SW △	Pt ○		1	6	9	6

日本海カントリークラブ (新潟県)

コース図

みんなのスコア

Hole2

A

Par5(BT:523yrd RT:504yrd)

Tee Shot



西コース・3

【PAR】4 【距離】 ベント:337Y

2パット
(4歩)



ボギー
ドライバーが右に
行ったらこのコース
がベスト。
ここのグリーンも難
しい!

日付:2017-9-29

天候:晴れ

風:微風

IN 後半(西C)

HOLE	HCAP	BRFL	PAR	テ ー シ ョ ット	FW キ ープ	2nd シ ョ ット	3rd シ ョ ット	4rd シ ョ ット		ア プ ロ ー チ	パ ー オン	パ ット 数	宮 住 康 一	渡 辺 一 秀	甲 田 玲 子
10	7	376	2	1W	◎	8I	8I			AW		1	5	5	5
				○	△	△		○							
11	5	504	5	1W	◎	3W	7W		SW	Pt		1	6	9	6
				○	△	OB	△	○							
12	2	337	4	1W	右	AW				SW		2	5	5	5
				○	○	○									

日本海カントリークラブ (新潟県)

コース図

みんなのスコア

Hole3

Par4(BT:360yrd RT:337yrd)

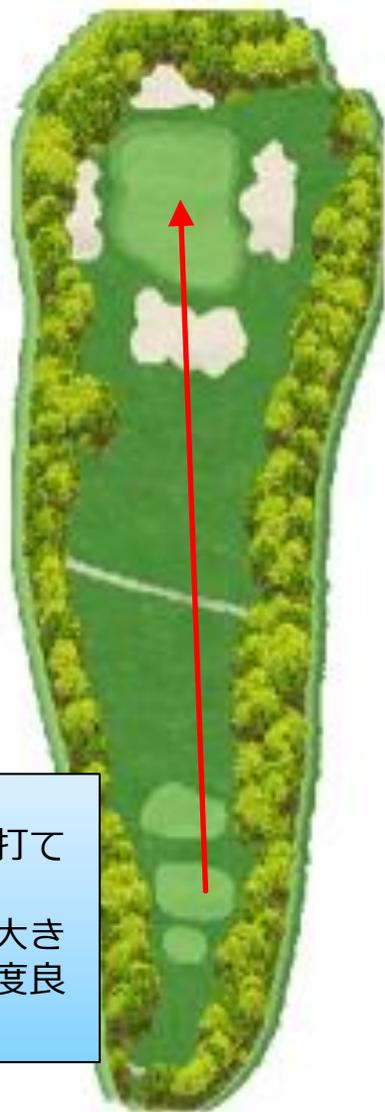
Tee Shot



西コース・4

【PAR】3 【距離】 ベント:160Y

2パット
(9歩)



ナイスパー！
久しぶりに上手く打てた。
ここは7Wが少し大きい
が軽く打てば丁度良い。

日付:2017-9-29

天候:晴れ

風:微風

IN 後半(西C)

HOLE	HCAP	BRFL	PAR	テeshott	FWキープ	2ndシott	3rdシott	4ndシott	アプーチ	パオン	パット数	宮住 康一	渡辺 一秀	甲田 玲子
10	7	376	2	1W ○	◎	8I △	8I △		AW ○		1	5	5	5
11	5	504	5	1W ○	◎	3W △	7W OB		SW △	Pt ○	1	6	9	6
12	2	337	4	1W ○	右	AW ○			SW ○		2	5	5	5
13	9	160	3	7W ○	/					◎	2	3	4	4

日本海カントリークラブ (新潟県)

コース図

みんなのスコア

Hole4

Par3(BT:175yrd RT:160yrd)

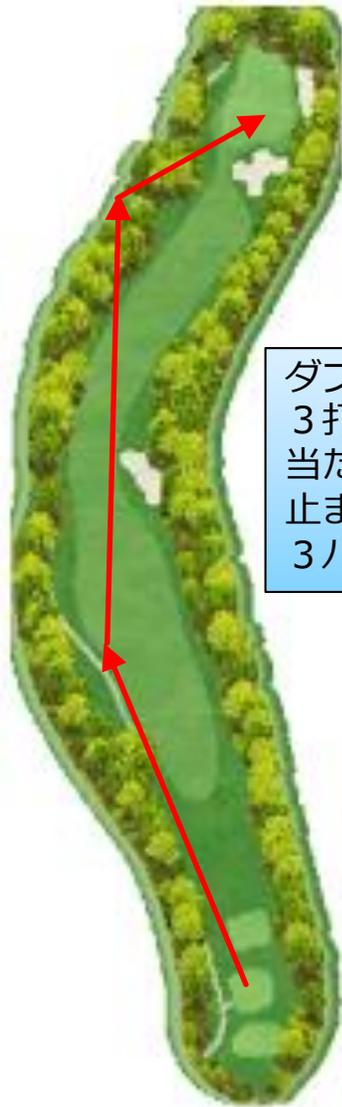
Tee Shot



西コース・5

【PAR】 4 【距離】 ベント:393Y

3パット
(9歩)



ダブルボギー
3打目の8 Iがピンに
当たって、グリーンで
止まる。ラッキーだが
3パットでチャラだ

日付:2017-9-29

天候:晴れ

風:微風

IN 後半(西C)

日本海カントリークラブ (新潟県)

コース図 みんなのスコア

Hole5
Par4(BT:420yrd RT:393yrd)
Tee Shot



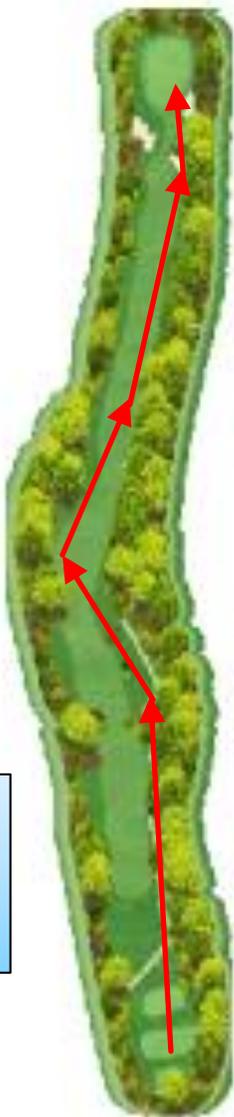
13 / 27

14	1	393	4	1W	◎	7W	8I							3	6	4	6	
				○		△	○											
15	4	518	5	1W	右	8I	6I	7W			AW			3	8	7	6	
				○		○	△	○B			○							
16	8	174	3	7W	/				SW	AW	Pt	B		1	5	3	4	
				○					△	△	○							
17	3	385	4	1W	前	7W	7W							2	5	5	7	
				×		○	○											
18	6	378	4	1W	◎	7W						◎		3	5	6	7	
				○		○												
IN		3225yd	36		4							2		18	48	48	50	
					57	FWキープ率 (%)						29	パーオン率 (%)					

西コース-6

【PAR】 5 【距離】 ベント : 518Y

3パット
(9歩)



トリプルボギー
ここは長く感じる。
しかもグリーンでも
もたついてしまう。

日付: 2017-9-29

天候: 晴れ

風: 微風

IN 後半(西C)

日本海カントリークラブ (新潟県)

コース図

みんなのスコア

Hole6
Par5(BT:540yrd RT:518yrd)
Tee Shot



16 / 27

15	4	518	5	1W ○	右	8I ○	6I △	7W ○			AW ○		3	8	7	6	
16	8	174	3	7W ○	/				SW △	AW △	Pt ○	B	1	5	3	4	
17	3	385	4	1W ×	前	7W ○	7W ○						2	5	5	7	
18	6	378	4	1W ○	◎	7W ○						◎	3	5	6	7	
IN		3225yd	36		4							2	18	48	48	50	
					57	FWキープ率 (%)						29	パーオン率 (%)				

西コース・7

【PAR】 3 【距離】 ベント:180Y

1パット
(1歩)



ダブルボギー
バンカーからの脱
出に、往復ピンタ
を食らってしまった。
1パットが救
いだ。

日付:2017-9-29

天候:晴れ

風:微風

IN 後半(西C)

日本海カントリークラブ(新潟県)

コース図

みんなのスコア

Hole7
Par3(BT:200yrd RT:180yrd)
Tee Shot



20 / 27

16	8	174	3	7W	前				SW	AW	Pt	B	1	5	3	4	
				○					△	△	○						
17	3	385	4	1W	前	7W	7W						2	5	5	7	
				×			○	○									
18	6	378	4	1W	◎	7W							◎	3	5	6	7
				○			○										
IN		3225yd	36		4							2	18	48	48	50	
					57	FWキープ率						29	パーオン率				
						(%)							(%)				

西コース・8

【PAR】 4 【距離】 ベント:385Y

2パット
(9歩)

ボギー
1Wはチョロッ
たが7Wが抜群
だった。



日付:2017-9-29

天候:晴れ

風:微風

IN 後半(西C)

日本海カントリークラブ (新潟県)

コース図

みんなのスコア

Hole8
Par4(BT:400yrd RT:385yrd)
Tee Shot



22 / 27

17	3	385	4	1W ×	前	7W ○	7W ○							2	5	5	7
18	6	378	4	1W ○	◎	7W ○						◎	3	5	6	7	
IN		3225yd	36		4							2	18	48	48	50	
					57	FWキープ率 (%)						29	パーオン率 (%)				

西コース・9

【PAR】4 【距離】 ベント:378Y

3パット
(9歩)

ボギー
5mにパーオン
した時ぐらいは
2パットでいけ
る様にしっかり
パットの練習を
しよう!



後半48
トータル102
お疲れ様でした。

日付:2017-9-29

天候:晴れ

風:微風

IN 後半(西C)

日本海カントリークラブ (新潟県)

コース図

みんなのスコア

Hole9
Par4(BT:389yrd RT:378yrd)
Tee Shot



25 / 27

18	6	378	4	1W	◎	7W				◎	3	5	6	7
				○		○								
IN		3225yd	36		4					2	18	48	48	50
					57	FWキープ率 (%)				29	パーオン率 (%)			

ラウンドを終えて

ラウンド体感記

- ★ 本日は全体的に上手くいった様に思う。
- ★ ドライバーが駄目なときでも2打目以降に7Wでフォローできる様になってきた。
- ★ 力を抜いて打つという意味が体感で理解しつつある。
- ★ すべてのクラブに対して、ボールをよく見て、肩の力を抜いてゆっくり(バックスイング)振ってみよう！。(下半身はがっちり、右脚が右に流れないようにだよ！)
- ★ ミドルアイアンはグリップを添えて、ショートアイアンはグリップを強く、しかもコックをしない様に打つこと。
- ★ 肩を充分回すこと！ トップからもうひとひねりで手首の感触があると上手くヒットする。

	前半9H			後半9H			合計		
	良	否	計	良	否	計	良	否	計
1W	6	1	7	6	1	7	12	2	14
3W	1	1	2	0	1	1	1	2	3
7W	4	2	6	7	1	8	11	3	14
5I	0	0	0	0	0	0	0	0	0
6I	0	1	1	0	1	1	0	2	2
7I	0	1	1	0	0	0	0	1	1
8I	3	1	4	2	2	4	5	3	8
9I	0	0	0	0	0	0	0	0	0
PW	0	0	0	0	0	0	0	0	0
AW	8	1	9	3	1	4	11	2	13
SW	0	0	0	1	2	3	1	2	3
Pt	1	0	1	0	2	2	1	2	3
小計	23	8	31	19	11	30	42	19	61
パット			22			18			40
OB・池			1			0			1
計			54			48			102

