

# プレーしてみよう！コースのまわり方

## 1ホール目

軽く準備体操してから、スタートしましょう

**抽選棒があるコースも**

**打順を決める**  
順番を待つ間にじゃんけんや抽選棒で打つ順番を決めておきましょう。

- 前の組がホールアウトするまで待ちましょう
- 組のみんなが打ち終わるまで歩きださないようにしましょう  
打球が当たったらとても危険です

## ティーショット (第一打)

ティーグラウンドからの一打目は必ずボールを置くティーを使います (ティーアップ)。

**うまくなるコツ**

- ボールをよく見て (ボールが当たる瞬間)
- クラブフェースのスイートスポットにボールを当てよう

**やったー**  
ホールインワン  
誰でも可能性あり

## 知っておこう

- 空振りや打数は数えません。
- クラブを振り子のように振る動作を「スイング」、スイングしてボールが動いた場合を「ストローク」といいます
- プレーの妨げになるボールはマークしてもらいます (ボールマーカーを使います)

詳しいルールを知りたいときは「パークゴルフ規則」を学びましょう。

**だいきりな...**

## 2打目以降

カップまでの距離が遠い人から順番に打つ

**こんなときは**

**アンプレヤブル**  
打つのがむずかしい場所ではアンプレヤブルを宣言して、1クラブ以内でカップに近づかない位置にボールをおくことができます。ストローク数に1打を加えます。

**OB (アウトオブバウンズ)**  
ボールがプレー禁止区域で止まったら、OBの処置をします。

**OBのボール**  
ボールが最後のOBラインを横切ったところから、2クラブ以内でカップに近づかないところに置くことができます。ペナルティとして、ストローク数に2打を加えます。

ここが最後に横切った場所

ボールはヘッドの内側に

2クラブ以内にボールを移動

OB区域

フェアウェイ

## カップ周り・カップイン

スコアの確認・記入は次のホールのスタート位置に移動してからしましょう。次ホールの打つ順番はスコアのよかった人 (打数の一番少ない人) からです。

※日本パークゴルフ協会リーフレットより引用

# 楽しく遊ぶためのマナー

- 1組4名以内でプレー
- 一緒に回る人のボールとは色違いにしましょう
- 芝生や樹木を大切に
- 打つ人の前に立たない、前の組の人がホールアウトするのを待つなど安全に楽しみましょう
- コース利用の決まりを知っておこう

ボールは色違いで

4名以内

運動靴で

# スコアカードの書き方

白鳥コース 【記載例】

ホール No.	距離 (m)	パー	佐藤	鈴木	高橋	田中
1	50	4	3	3	4	4
2	90	5	5	5	5	3
3	40	3	5	6	5	4
4	35	3	3	5	4	3
5	45	4	3	3	4	4
6	45	4	6	4	3	4
7	30	3	3	4	4	4
8	35	3	3	3	4	5
9	45	4	3	3	4	4
合計	415	33	34	36	37	35

ホールごとに打った数を記入します。  
標準打数は、ホールごとに3~5で9ホールで33が標準打数です。

公益社団法人日本パークゴルフ協会公認コース  
おおがわら千本桜スポーツパークパークゴルフ場  
989-1201 宮城県栗原市郡大町大字中川原43  
電話・FAX兼用 0224-87-6888

## おおがわら千本桜スポーツパークパークゴルフ場 利用案内 (令和6年4月以降予定)

- 料金 (1回)  
高校生以上...500円  
中学生以下...200円
- レンタルクラブ・ボール  
高校生以上...300円  
中学生以下...200円
- 利用時間  
4月~10月 午前9時~午後5時  
11月~3月 午前9時~午後4時
- 定休日  
毎週月曜日、年末年始

# パークゴルフのプレー用具

公認用具を使いましょう (認定のあかし・クマゲラマークのデザインあり)。



# 標準的なホール

ティーグラウンドからピン (旗竿) に向かってプレーしながらカップインを目指します。

ピンカップ

グリーン

OBライン

OBゾーン

フェアウェイ

ティーグラウンド



※日本パークゴルフ協会リーフレットより引用

## アクセス