

フェアウェイの**罠**に負けるな!

ディボット跡から ナイスアウト

ティショットは完璧だったのに、ボールは不運にもディボット跡に……。よくあるケースだが、こんなときこそ冷静に対処してパーを拾いたい。ディボット跡から安全、確実に脱出するアイアンショットの秘訣を聞いた。



解説 江原清浩

えはらきよひろ、アマチュアにレッスンしながら、ツアーにも挑戦中。埼玉ロイヤルCCおごせコース所属。

ディボット跡に入っていたら…

ナイスショットはあきらめる

低い球しか出ないと考える

グリーン周りの状況を確認しハザードがない所を狙っていく

上手に脱出させてね



PHOTO/Hiroaki Aihara
THANKS/埼玉ロイヤルゴルフ倶楽部 おごせコース

トラブルショットという認識をしっかりと持つ

せっかくフェアウェイをキープできたのに、ボールはディボット跡の中……。このような状況ではトラブルショットという認識をしっかりと持ち、冷静に対処することが大切です。

基本的に、ディボット跡からは、同じ番手を使っても、いつもどおりの高さ、距離を出すことはできません。まずはナイスショットをあきらめ、いつもより低めの球で、花道やグリーン周りの安全な場所を狙っていくのが定石です。そうすることで、結果的にグリーンオンできる可能性も出てくるのです。

いつもどおりの弾道をイメージすれば球を上げようとする動きにつながり、必要以上に恐れれば上から打ち込みすぎる動きにつながって、ミスを起こしやすいため注意します。

大事なのは、ボールをできるかぎりグリーンにヒットすること。そのためにはヘッドが自然に打ち込まれる構えをつくるのがポイントなのですが、これについては次ページで詳しく説明することにしましょう。

ヘッドが上から入る構えを作って

パンチショット気味に打っていく

自然に打ち込まれるアドレスを作る

ボールがディボット跡に入っているときには、沈んだボールにヘッドをなるべくクリーンに入れていく必要がありません。そのためには、自然にヘッドが上から鋭角に打ち込まれるアドレスを作っておくことが大切です。

ボール位置はスタンスの中央より1個ぶん右、クラブは通常より短く持ち、ひざを深く曲げて重心を落としたり、左足体重で構えます。あとは必要以上に打ち込もうとせず、低い弾道でグリーン手前から転がし上げるイメージで打っていきます。

スウィング中は、左足体重をキープする意識を持つことが大切。コンパクトなトップからフォローを低く

抑え、パンチショット気味に打っていくといいでしょう。

また、ディボット内のボール位置によっても対処法は変わります。

たとえば、ボールがピンに向かって手前側（右）にあるときは、ボールの手前にヘッドを入れる隙間がほとんどありません。この場合は、さらに鋭角にヘッドを入れる必要があります。ロフトの大きいショートアイアン以下のクラブを使い、ボール位置もさらに右へ寄せてください。あとはハーフトップさせるイメージで打っていくとよいでしょう。

それに対して、ボールがピン側（左）にあるときは、ヘッドを入れる隙間があるものの、フォローでクラブが突っかかりやすいので注意が必要です。この場合は、無理に振り抜こうとせず、打ち込んだら終わりのイメージで打っていきます。

ディボット跡からのショットは、ボール位置に関わらず距離感を合わせるのが難しくなります。打つ前にグリーン周りの状況をしっかり確認し、危険なハザードは避け、花道や次のアプローチがしやすい場所に運ぶ。それができれば、バーを拾えるチャンスも広がってくるでしょう。

低い球で手前から転がしていきましょう

パンチショット気味にフォローを抑え

左足体重を保ったままテークバック

まずは打ち込めるアドレスを作ります



振り抜こうとせず
惰性でフォローが出る
イメージでOKです



応用編

ボールが右にある場合

ショートアイアン以下を選択することが大事

よりアップライトな軌道で打ちたいので、ショートアイアン以下のクラブを選択。アドレスではボールをスタンスの中央より2個ぶん右にセット。ハーフトップさせるくらいの意識で脱出を最優先に考えて打っていく。



ボールが左にある場合

打ち込んだら終わりのイメージで打つ

ボールの手前にヘッドを入れる隙間はあるが、フォローでヘッドが突っかかりやすく、いつもの距離は出ない。そのため、番手を1つ上げ、打ち込んだら終わりのイメージで打っていくといい。



基本編

ボールがディボットの真ん中にある場合

ヘッドが鋭角に入るアドレスを作る

- クラブを短く持つ
- ひざを曲げ重心を低くする
- ボールはいつもより右にセット
- 左足体重で構える

クラブを短く持ち、体とボールとの距離を近づけて構えることで、スウィング軌道はアップライトになり、ヘッドが打ち込まれやすくなる。これに加え、ボールをいつもより右に置いて左足体重にすることで、打ち込む意識がなくても打ち込まれるようになり、ボールをクリーンにとらえやすくなるのだ。

