

**スキーの性能を生かす為の雪上トレーニング講習会
(兼)SIJ第2回ランクアップスキー教室**

主催 神奈川県スキー指導員会
共催 日本スキー指導者協会
後援 (財)神奈川県スキー連盟

近年、スキーの性能が飛躍的に良くなりました。しかし向上したスキーの性能を生かす為の滑走(運動)技術の問題、コンディショニング的能力(体力)の不十分さ等から、転倒しなくても怪我をしてしまったり、滑走中コントロール不能に陥り、他人と衝突してしまう事故が発生するようにもなりました。

そこで、神奈川県スキー指導員会では、スキーヤーの障害/傷害・事故防止と競技力・スキー技能向上の一助とするため、平成15年9月より陸上のトレーニング講習会を開催しており、この雪上講習会では実践として、より楽しく安全に滑れる技術の習得を目指すものです。

雪上でのテクニカルレッスンにより、陸上トレーニングの成果を実体験し、実践タイムレースでのタイムアップと応用力の拡大を目指します。

なお、日本スキー指導者協会の第2回ランクアップスキー教室との合同行事として行います。

1. 日程 平成15年12月13日(土)～14日(日)
 2. 会場 奥志賀高原スキー場
 3. 会費 15,000円
 4. 宿舎 ｽｰﾂ-ｸﾞﾙｰﾌﾟ 奥志賀 381-0405 長野県下高井郡山ノ内町奥志賀高原大洞沢電話 0269-34-2551
 5. 受付/集合 13日9時30分スポーツハイム奥志賀館内、集合/講習開始10時
 6. 解散 14日12時 予定 (現地参加1泊3食、ポール講習も予定=雪の状況による)
 5. 定員 50名(満員になり次第締切)
 6. 講師 塚脇 誠(オーストリア国家検定Aレベルスキーコーチ&コンディショニングコーチ&スキー教師)
 7. 申込 申込締切11月15日までに会費を銀行振込し、指定用紙にて神奈川県スキー指導員会に郵送又はFAXのこと。このとき申込書に銀行の振込の写しを添付の事。
〒221-0834 横浜市神奈川区台町16-1 ヴィレ台町407 FAX 045-324-6966 TEL 045-311-8907
振込は横浜銀行 横浜駅前支店 名義人：神奈川県スキー指導員会 普通預金 1563864
 8. キャンセル 1週間前までに担当あてに連絡した場合手数料1000円を除き返金する。
 9. トレーニングの概要
テーマ別のテクニカルレッスン、タイムレース班を各自2時間毎に選択(予定)
 10. 問合せ先 大鴈丸(ﾀﾞｲｶﾞﾝﾎﾞﾙ)正人 〒253-0053 茅ヶ崎市東海岸北4-16-19 090-4241-5048
- 注) 12月12日(金)前泊も受けます。1泊1朝食 5,500円、1泊2食 7,000円

切り取り線

スキーの性能を生かす為の雪上トレーニング講習会兼ランクアップスキー教室 申込書

申込別 (○印)	神奈川県連	日本スキー指導者協会		資格	正準指 級	前泊希望 (○印)	1泊1朝食	1泊2食
ふりがな 氏名		性別	男女	19	西暦生年月日 年 月 日	年令		才
住所	〒							
電話		所属	協会		クラブ			