

2021-2022 島根県スキー連盟 ジュニア強化合宿（アルペン）

1. 目的 県大会に向けてジュニアのスキルアップ
2. 主催 島根県スキー連盟
島根中体連スキー専門部
3. 会期 2021年12月24日（金）～31日（金）
4. 会場 長野県菅平高原ハーレースキーリゾート
(GSL 15旗門 SL 40旗門 時間の制限なくトレーニング可能)
宿舎 まるみ（予定）
5. 指導者 ISG 菅平スキースクール 可児 徹（予定）
島根県中体連スキー専門部
6. 対象者 スキー競技に関心をもつ小学4年生以上 中学生・高校生
7. 経費
トレーニング費 1日 3000円
リフト代 1日 2600円（1ヶ月券 15000円）
宿泊代（1泊2食） 8000円（概算）
昼食 1000円
交通費 別途
(参加料および経費は集合当日徴収)
8. 携行品
(1) スキー用具一式
(2) 生活用具一式
(3) トレーニングウェア等
(4) スキー整備用具一式
(5) 学習用具等
9. 申込方法 所定(別紙)の申込書で下記宛に申し込むこと
10. 申込先 〒690-0044
松江市浜乃木6-4-34 佐々木尚和（中体連スキー専門委員長
矣道中）
携帯 090-7124-0307
E-mail: alpine.kyougibu@ski-shimane.org
11. 申込期限 2021年 12月1日(火) 必着
12. その他
(1) 参加者は必ず傷害保険に加入すること（ヘルメットおよびバックプロテクター）
(2) 合宿中の事故について、応急処置の他は一切の責任は負わない
(3) 申込以後参加を取りやめる場合は、本人が必ず申込先に必ず連絡すること
(4) トレーニングの個人的な延長や短縮は適宜対応します。
(5) インフルエンザの予防接種をお願いします。

トレーニングの予定（変更の場合あり）

12月24日（金）	17:00	移動日
12月25日（土）	8:00	管平集合(ハーレーリゾート 集合)
	9:00	トレーニング
	11:30	昼食
	13:00	トレーニング GS
	16:00	トレーニング終了
	16:30	荷物移動&コンディショントレーニング
	17:00	ミーティング
	18:00	夕食
	19:00	チューンアップ&学習&入浴
	21:00	自由
	22:00	消灯
12月26日～31日		終日トレーニング
12月31日（金）		移動（予定）