

2023-2024 島根県スキー連盟 ジュニア強化合宿(アルペン)

1. 目的 全国大会を目指し、スキー技術向上をめざすジュニアの育成
2. 主催 島根県スキー連盟競技部
3. 会 期 2023 年 1 2 月 2 3 日 (土) ～ 3 0 日 (土)
4. 会 場 長野県菅平高原ハーレースキーリゾート
(G S L 15 旗門 S L 4 0 旗門) 今シーズンよりアイスクラッシャー導入
宿舎 まるみ (予定)
5. 指 導 者 ISG 管平スキースクール 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 3 年生以上 中学生・高校生
7. 経 費
トレーニング費 1 日 5 0 0 0 円
リフト代 1 日 2 6 0 0 円 (1 ケ月券 15000 円)
宿泊代 (1 泊 2 食) 8 0 0 0 円(概算)
昼食 1 0 0 0 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 島根県スキー連盟競技部ホームページ「申込メールフォーム」から申し込むこと
10. 問い合わせ 佐々木尚和 (中体連スキー専門委員長 湖南中)
11. 申込期限 2023 年 1 1 月 2 8 日(火)
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。

トレーニングの予定 (変更の場合あり)

12 月 23 日 (土)	7 : 0 0	移動日	
12 月 24 日 (日)	8 : 0 0	管平集合(ハーレーリゾート 集合)	
	9 : 0 0	トレーニング	1 1 : 3 0 昼食
	1 3 : 0 0	トレーニング G S	1 6 : 0 0 トレーニング終了
	1 6 : 3 0	荷物移動&コンディショントレーニング	
	1 7 : 0 0	ミーティング	1 8 : 0 0 夕食
	1 9 : 0 0	チューンアップ&学習&入浴	2 1 : 0 0 自由
	2 2 : 0 0	消灯	
12 月～30 日		終日トレーニング	
12 月 30 日 (土)		移動 (予定)	