

# 2024-2025 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 2024年12月25日(水)～30日(土)
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)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 菅平スキースクール 可児 徹(予定)  
島根県スキー連盟競技部
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 5,000円  
リフト代 1日 2,600円(1ヶ月券 15,000円)  
宿泊代(1泊2食) 8,000円(概算)  
昼食 1,000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
11. 申込期限 2024年 11月28日(木)
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25日(水)	18:00	移動日
12月26日(木)	8:00	菅平集合(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
	22:00	消灯
～30日		終日トレーニング
12月30日(月)		移動(予定)