

### アルペンスキー強化合宿(社会人向け)

この合宿の目的は時間的・地理的にポール練習を行う機会が少ない熊本県内の社会人競技スキーヤー および競技志向のスキーヤーにシーズン初期でありながらも団体予選直前というこの時期に長距離滑走が可能なミズホハイランドスキー場において、今年から変更となる規格に対応するためのトレーニングと貴重なポール練習を行う 機会を与えるもの。また、合宿形態で行うことによって競技スキーヤー同士親交を深めあいながらもお互い切磋琢磨することで、技術的な向上とモチベーションアップを狙うものであり、熊本県スキー連盟所属の社会人スキーヤーのレベル アップを図ることを目的に開催する。

	アルペンスキー強化合宿(社会人向け) 場所:ミズホハイランドスキー場
日程	行程
12月28日	20:00(熊本市民会館)⇒熊本IC⇒25:00瑞穂IC 到着後仮眠(車中) 各自乗合(自家用)
12月29日	8:00～フリー滑走およびポール練習～16:00 宿泊 いこいの村しまね(島根県邑南町)
12月30日	8:00～フリー滑走およびポール練習～16:00 宿泊 いこいの村しまね(〃 )
12月31日	8:00～フリー滑走およびポール練習～12:00 13:00 瑞穂ハイランド出発瑞穂IC～熊本IC 熊本市民会館到着 19:00 予定

#### 合宿内容

午前中、フリー・ポールトレーニング、午後 フリー滑走・基礎練習、ビデオ撮影し宿舎においてビデオミーティングを行い各自滑りの修正箇所を把握し、次の練習に生かすトライアンドエラーを繰り返すことで着実に課題を克服するという効率的な練習を行う

#### 参加費

交通費 8,000円(ガス代と高速代・車両使用料・駐車場代を4人で除したもの)

宿泊費 1泊8千円(朝夕食付き)×2=16,000円

リフト・ポール利用料(1日5500円+ポール使用料1500円)=7000円×3=21000円、合計45,000円(昼食代は各自)

申込先・問い合わせ先 熊本県スキー連盟競技本部 池田 ikeda\_kumamoto@yahoo.co.jp

〆切 平成27年12月13日

※最小催行人員3人

※降雪の量によってはポール練習および合宿の開催ができない場合があります。

※スキー場までの往復及びスキー場での事故等に関しては参加者各自での自己責任とする

# 申込書

フリガナ		性別
氏名		男・女
生年月日	年 月 日 ( 才 )	緊急連絡先 TEL
住所	〒	TEL
勤務先		TEL
クラブ名		

## 念書

私は、合宿期間中における移動および活動中に発生したいかなる事故、障害について、自己責任とし、一切主催者及び同行者に賠償等を求めないことに同意します。

氏名(自署)

印