

佐賀県スキー連盟

2019-2020シーズン 競技本部主催 強化合宿①(岐阜県) 実施要項

下記の通りに強化合宿を行います。冬に向けて個々の滑りをチェックし、修正・強化すべき箇所を知る重要な合宿です。今合宿には元ワールドカップレーサーの岡田利修氏の招聘を予定しています。半日ピスラボゲレンデでスキートレーニング、半日屋内駐車場でフィジカルト・イメージトレーニングを行います。ウイングヒルズ白鳥のピスラボゲレンデは1kmのロングコースで、より雪に近いフィーリングで滑走することができます。国体、インターハイ、全中などの全国大会に出場を希望している選手は、出来るだけ参加をお願いします。また、アルペン(競技)スキーに興味がある方、ステップアップをしたい一般スキーヤーも参加することができます。

記

1日程 2019年8月16日(金)～21日(水)

2場所 ウイングヒルズ白鳥リゾート

(〒501-5231 岐阜県郡上市白鳥町石徹白峠山 1-1Tel. 夏季/090-4163-5520)

3行程

8月16日(金)

13:45 佐賀県総合運動場東駐車場集合

14:00 出発

16:30 大分港FT着

19:30 出港

8月17日(土)

7:55 神戸港(六甲アイランド)着

13:00 ウイングヒルズ白鳥着 昼食後ゲレンデトレーニング

8月18日(日)～19日(月)

終日トレーニング(午前:ゲレンデ, 午後:フィジカル)

8月20日(火)

9:00～11:00 ゲレンデトレーニング

12:30 ウイングヒルズ白鳥発

17:30 神戸港(六甲アイランド)着

18:30 出港

8月21日(水)

7:00 大分港FT着

10:00 佐賀県総合運動場東駐車場着

4 宿泊先

ホテル・ヴィラウイング(〒501-5231 岐阜県郡上市白鳥町石徹白峠山 1-1TEL0575-86-3168)

5 指導者

岡田利修氏, 佐賀県スキー連盟理事

6 費用

	小学生	中・高生	大人
宿泊費(3食, リフト, レンタル代こみ)	36,000円	41,600円	41,600円
交通費(フェリー, 高速, ガソリン代)	21,000円	27,000円	30,000円
雑費	1,000円	1,000円	1,000円
合計	58,000円	69,600円	72,600円

※費用は目安です。実施後に精算します。

※16日と20日の夕食, 17日と21日の朝食は各自でお願いします。

※振込先 ゆうちょ銀行 記号17750 番号20337051 マワタリ トシアキ

7 その他

- 1) 申込締切…5月末日(7/10 現在, すでに締め切っています。)
- 2) 県連HPから申し込み用紙をダウンロードし、PDF ファイルでメールにて申し込んで下さい。
県連HP <http://skisaga.net/kyougi.html> 申し込み先 馬渡敏明 ssa5@skisaga.net
(本合宿でご記入いただいた個人情報は、本合宿に関わる目的にのみ使用し、他の目的には使用いたしません。)
- 3) スキートレーニングでは、必ずヘルメットを着用します。(自転車用ヘルメットも可)
- 4) 必要なもの…陸上トレーニング用の靴, ジャージ, 保険証, お薬ノート, 常備薬, 筆記用具, ミーティング用ノート
- 5) 不明な点がありましたら、馬渡(090-3192-0388)ご連絡ください。
- 6) 小中高生は夏休みの課題や、勉強道具を持ってきてください。毎日最低1時間は勉強する時間を確保しましょう!
- 7) 合宿の事故(怪我)について! 初期対応・応急処置は行いますが、以後は個人での対応となります。必ず、傷害保険に加入の上、参加していただくようお願いいたします。