

## 佐賀県スキー連盟 22-23 シーズン強化合宿②(福岡・サンビレッジ茜) 実施要項

2022/9/1 作成

### 【重要】参加の皆様へ

新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、佐賀県スキー連盟HPに掲載しているガイドラインを遵守していただきますようお願いいたします。また、申込時点から実施までの間に、感染拡大による情勢の変化が生じた場合は、中止することがあります。その際のキャンセル料は個人負担とさせていただきます。

シーズンオフの強化合宿を下記の通り実施します。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もふるって参加ください。

1. 期日                   2022年10月8日(土)～10日(月)
2. 場所                 サンビレッジ茜人工スキー場(福岡県)
3. 日程

10月8日(土)	8:30～9:00 合宿受付
	9:00～12:00 人工芝トレーニング
	12:00～13:00 昼食・休憩
	13:00～16:00 人工芝トレーニング
	17:30～18:30 夕食等
	19:00～20:30 屋内トレーニング(茜ドーム)
	20:30～22:00 入浴等
	22:00 就寝
10月9日(日)	6:45 起床
	7:00～7:30 コンディショントレーニング
	8:00～8:30 朝食
	9:00～12:00 人工芝トレーニング
	12:00～13:00 昼食・休憩
	13:00～16:00 人工芝トレーニング
	17:30～18:30 夕食等
	19:00～20:30 屋内トレーニング(茜ドーム)
10月10日(月)	20:30～22:00 入浴等
	22:00 就寝
	6:45 起床
	7:00～7:30 コンディショントレーニング
	8:00～8:30 朝食
	9:00～12:00 人工芝トレーニング
	12:00～13:00 昼食・休憩
13:00～15:00 人工芝トレーニング	
	15:30 解散

4. 宿泊先               「サンビレッジ茜」 福岡県飯塚市山口 845-38 (TEL0948-72-3331)
5. 指導者              岡田利修氏(SAJ デモンストレーターチームコーチ), 佐賀県スキー連盟競技部理事
6. 経費

費目	中学生以下	高校生以上	備考
入場料	600 @200×3日	930 @310×3日	
リフト券	8,820 @2,940×3	11,010 @3,670×3	
宿泊料	2,520 @1,260×2泊	4,840 @2,420×2泊	(施設管理費110円含む)
使用料	620	1,260	茜ドーム(10/8,9夜トレ利用)
照明料			茜ドーム(1,050円/2時間)
食事代	4,500 概算	5,000 概算	10/8昼夜10/9朝昼夜10/10朝昼
<b>合計</b>	<b>17,060</b>	<b>23,040</b>	
スキー板をレンタルされる方は別途料金が発生します。			
上記料金は2022/7/1現在の予定金額です。変更になる場合があります。			

7. 準備                 競技スキー用具等, クラッシュヘルメット, バックプロテクター, 陸上トレーニング(朝・夕)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, 学習用具  
その他強化合宿に必要なもの

(裏へ続く)

8. 申込先

佐賀県スキー連盟 HP(<http://skisaga.net/kyougi.html>)より申込書をダウンロードし、下記宛てまでメールにて送付してください。(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。)

佐賀県スキー連盟競技部長 馬渡敏明 宛て [ssa5@skisaga.net](mailto:ssa5@skisaga.net)

9. その他

合宿の事故(怪我)については、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。