

国-4 研修会4(ピスラボ講習)

2020-21 SAJ東海北陸ブロック事業『30daysピスラボトレーニング』開催要項(静岡県版)

～ハイシーズンまでに28日間の滑走量を確保しよう～

静岡県スキー連盟競技本部 土屋

(2020/6/19)

1 開催の目的

【ブロック内における小学生、中学生選手の底辺拡大・競技力向上】

- ①近年の全国中学校スキー大会やインターハイ等で入賞する選手のほとんどが、海外遠征を複数回(夏/秋)実施しており、その中で東海北陸ブロックの選手が、上位に入賞していくにはそれに対抗する手段が必要である。
- ②しかし、経済的負担も大きく、それが理由でスキー競技から離れる選手も多いことから、経済的負担を最小限に抑えた活動計画、環境整備が必要である。
- ③また、子供の数の減少は他競技にとっても深刻であり、学校における部活動においても、子供の囲い込みとみられる現象もあることから、年間を通じた活動環境が必要である。
- ④子供がスキー競技を長く続けるには、年間を通じて活動し、確実な成長を実感できる環境が必要である。

2 期 日

2020年7月4日(土)～9月27日(日)の間の12回27日間(別紙“スケジュール”参照)

3 会 場

岐阜県郡上市石徹白 ウイングヒルズ白鳥リゾートスキー場

4 参加対象選手

- ①東海北陸ブロック内の小学校4年生から中学校3年生、(公財)全日本スキー連盟競技者登録している(予定含む)選手。
原則、午前、午後の二部練習を行うが、どちらかのみ参加も認める。その場合は、必ず現地のコーチに伝えること。
- ②ピスラボサマーゲレンデの滑走経験があることが望ましい。

5 指導者

メインコーチ

井上春樹氏【前(公財)全日本スキー連盟ナショナルチームコーチ】

アシスタントコーチ

各県の引率コーチ・父母他(事前に技術講習会の受講が必要)

6 各トレーニング日のスケジュール(予定)

| | |
|-------------|---------------------------------------|
| 8:15 | 静岡県選手はセンターハウス2階に集合(リフト券が必要な選手はまとめて購入) |
| 8:30 | ゲレンデ移動、準備、グルーピング、ビブ配布等 |
| 9:00～11:00 | AMトレーニング |
| 11:00～12:00 | 昼食・休憩 |
| 12:00～14:30 | PMトレーニング |
| 15:00 | 解散 ※スケジュールは、天候等により変更もあります。ご了承ください。 |

7 選手参加費用

- ・本トレーニングに参加する静岡県選手の参加料は下記とする。(リフト代、板レンタル代を含まず)
参加料…1,200円/日←県連内での本トレーニングのための運営費用に充てさせていただきます。
- ※上記参加料は各日毎の参加料だが、連続日程については適宜、減額を検討する。
- ※静岡県役員(アシスタントコーチ)の帯同の有無に関わらず同額とする。

8 参加申込方法

- ・各トレーニング回の参加希望者は開催日(連続日の場合はその初日)の9日前までに土屋宛にメールで連絡する。
土屋のメールアドレス: taket@mail.wbs.ne.jp
- ・参加申込に際しては、参加希望日、氏名、学年、リフト1日券の要・不要を記載すること。
- ・参加料は現地で集金する。
- ・参加申込後にキャンセルする場合は、できるだけ早くメールまたは電話で連絡すること。

9 その他

- ①必ず引率者(県連アシスタントコーチまたは保護者)が帯同し、怪我等をした場合は、引率者に連絡すること。
- ②ピスラボでの滑走における注意事項(服装、スキー、エッジ研磨等)として、別紙の内容を守ること。
(別紙: ウイングヒルズ白鳥スキー場 “サマーゲレンデ御利用時の注意事項”と “服装・用具についての注意事項”)
- ③スキー板は「(一般)雪上用」、「ピスラボ専用」どちらを使用してもよい。
・どちらのスキー板でもトレーニング中にエッジ研磨が必要となるが、ピスラボ専用板の方が研磨が必要となる頻度は低い。
・雪上用スキー板を使用する場合は、使い古しのSL板が望ましく、エッジを十分に研磨して使用する。
→現地での研磨作業はアシスタントコーチが担当いたします。
- ④リフト券の購入、ピスラボ専用スキー板のレンタル・購入については別紙(“…優待について(静岡県版)”)参照。
- ⑤宿泊、移動手段は各自で手配すること。(県連役員自家用車による送迎も検討、要事前申込・調整)
- ⑥参加選手は、個別に保険に加入すること。ブロックおよび静岡県スキー連盟は、現地との往復移動中、宿泊中、トレーニング中の事件、事故、怪我等に対する責任は、一切負わない。
- ⑦服装、持ち物、その他
 - ・コーチへの挨拶、お礼は元気よく!
 - ・バランスボールを持っている人は持参する。
↑重要!! 持っていない人は一つ買ってでも持参するのが望ましい。サイズで S/M/L があったら M サイズ。
 - ・**標高が高いので時期と天候・気温により適宜、「春スキー程度の防寒」～「夏山スキーの服装」を選択すること。**
また、ゲレンデには常時散水されているので**レインウェアが必要**。
 - ・エッジ研磨用の**ファイルやファイルガイドは各自でも持参しておくことが望ましい**。
 - ・滑走面保護のためには一番硬いワックス(極寒用)を塗っておくと良い(剥がし不要)。
 - ・トレーニング中に、怪我をしないように注意する。また、**熱中症や感染症対策も怠らないこと**。
 - ・トレーニング途中で体調が悪くなったり、怪我をした場合は、どの県でも良いので、すぐにコーチに相談する。
 - ・レストハウスの二階は荷物置き場として利用できるが、散らかさずにしっかり整理して使わせてもらう。(荷物の整理)
 - ・トレーニング終了時にチューンナップ台周囲を含めて積極的に**掃除等に参加すること**。

2020-21 SAJ東海北陸ブロック事業『30daysピスラボトレーニング』 リフト券購入優待・専用スキー板(バルシップ)購入・レンタル優待について(静岡県版)

- ・参加者のリフト券(1日券)は各回に県単位でまとめて購入する。
 - 小学生 1,000円
 - 中学生以上 2,400円(参加者優待料金)
 - ※中学生以上は購入時に窓口で参加者証明書の提示が必要。(印刷不要、スマホ画面可)
 - ※それぞれ別途預かり金500円が必要。

- ・サマーシーズン券は各自でウイングヒルズ白鳥スキー場で購入する。
 - 小学生 10,000円
 - 中学生以上 33,000円(2020年6月30日までに現地で購入した場合の早割価格)
 - ※中学生以上で7月以降しか現地に行けない場合、事前に連絡をください。別途早割価格で購入可能です。
(申込後のキャンセル不可)

- ・専用スキー板(Hart BALSIP II)のレンタルは各自で申し込む。
 - 1日 3,000円(参加者優待料金、ただし研磨無し)
 - ※レンタル申込時に窓口で参加者証明書の提示が必要。(印刷不要、スマホ画面可)

- ・専用スキー板(Hart)の購入は下記のように優待される。
 - 新品スキー購入⇒ 5%OFF (LOOK金具購入時は取付費無料)
 - 中古スキー購入⇒10%OFF
 - ※どちらも参加者証明書の提示が必要。(印刷不要、スマホ画面可)
 - ※詳細は土屋までお問い合わせください。

ウイングヒルズ白鳥スキー場 “サマーゲレンデ御利用時の注意事項”と“服装・用具についての注意事項” (ウイングヒルズ白鳥スキー場のウェブページから転載)



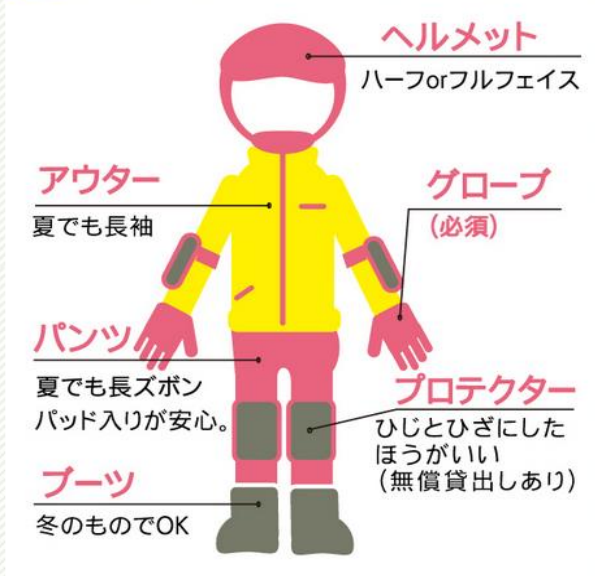
サマーゲレンデ ▶ マウンテンバイク ▶ キャンプ・BBQ ▶ トレッキング ▶ お得な情報 ▶ イベント ▶ アクセス ▶ その他 ▶

SNOW SEASON

⚠ サマーゲレンデご利用時の注意事項

サマーゲレンデでの転倒は、雪上と比べ、身体へのダメージが大きくなる恐れがございます。
また、滑走時はスキー・スノーボードが損傷する恐れがございます。下記の注意事項をご理解の上、十分に注意して滑走下さい。
※当スキー場は、滑走時に発生したケガ・道具の損傷などについて一切の責任を負いかねます。

⚠ 服装・用具についての注意事項



- ◆必ずグローブを着用して滑走してください。
- ◆ヘルメット、プロテクターの着用をお勧めします。
- ◆散水により衣服が濡れます。着替えをご用意ください。
- ◆半そで、半ズボンによる滑走は禁止です。
※但し、ひじ・ひざパッド(プロテクター)着用の場合は、滑走可能。
※プロテクターは無償貸出し(リフト代に含まれます)