

## かもい岳コース SG 前日練習会開催要項

開催日時：平成29年3月3日（金） 9：00～13：00（集合 8：30）

集合場所：かもい岳スキー場（集合 東グレンデ リフト乗場）

練習場所：西グレンデ A コース（TRバーンとして貸切）

### <連絡事項>

- ①参加申込は不要ですが、事故等あった場合には自己責任であることを承諾の上参加  
願います。
- ②選手リフト券は各自スキー場券売所で購入願います。  
（引率コーチのリフト件についても、選手同様をお願い致します）
- ③3日（金）8：30からリフト乗場にて、前日練習会についての注意事項やスケジュール  
などを説明しますので、可能な限り集合願います。
- ④事前練習会はスキー場様のご配慮により、西グレンデ A コースを TRバーン専用に貸  
切となっておりますが、接触事故など無いよう合流地点（Bコースとの）では、必ず一  
旦停止して、合流して下さい。コース内での滑走は十分注意し滑走願います。  
また、西グレンデ A コース以外でのスピードを出しての滑走は一切禁止です！厳守で  
お願いします。
- ⑤スキー場利用のマナー（ロッジ内の荷物の放置、スキー板の放置 など）をしっかりと  
守り、アルペンスキーを応援してもらえる環境を自分たちで作りましょう。
- ⑥参加選手が効率よくトレーニング出来るよう、役割分担などを徹底しますので、  
朝のミーティングから終了後の総括まで参加をお願いします。

### <スケジュール>※予定

- |                       |   |
|-----------------------|---|
| 8：30～                 | ・事前練習会ミーティング 東グレンデリフト乗場<br>（選手・コーチ）           |
| 9：00～9：30             | ・フリースキー（西グレンデ A コースのみ）                        |
| 9：30～13：00<br>（ 終了後 ） | ・SG トレーニング（西グレンデ A コースに1セット予定）<br>コース整備・総括・解散 |

※トレーニング時間について、最初の30分間はアップ（フリースキー）、ポールセット  
で使用します。（※FIS 規格ゲートでの TR 予定です。ランチ持参でお願いします。）

#### 問い合わせ

北海道スキー連盟 アルペン部 強化コーチ小委員会

担 当：水尾大輔（枝幸）

電 話：080-1879-6201

Mail : mizudai1128@gmail.com