

ツンドラ タイガ

NO. 49

2019. 10.1

関西ブロック学習交流会報告

9月7日（土）に関西ブロックの学習交流会が行われ、すべりやからは津田・中岡大・中岡滉の3名が参加しました。

第一講義は、野瀬デモから真下への横滑りについて講演いただきました。あまり得意でない人も多いと思いますが、雪上で一緒にトレーニングして上手くなりましょう。

第三講義では、福井大学の山次俊介教授から「ケガの予防とスキーに関するエクササイズ」と題して簡単な実技を交えて講演いただきました。

オフトレを楽しもう！～オフのクラブ行事のご案内～

シーズンインまであと3ヶ月を切りました！しっかりとトレーニングを積んでシーズンに備えましょう。学習交流会で紹介された「フォームローラー」の体験もできます。

日時

①10月26日（土）16時～17時半

②11月16日（土）16時～17時半

場所

両日とも伊都教育会館

今シーズンの行事予定です。奮ってご参加ください。

・関西ブロック初滑り・研修

12/20（金）～22（日）志賀高原スキー場

（土日の2日コースも可）

・関西ブロック競技大会（和歌山・京都主管）

2/1（土）・2（日）よませ温泉スキー場

・すべりやツアー

2/8（土）・9（日）きそふくしまスキー場

・全国競技大会

2/29（土）・3/1（日）戸狩温泉スキー場

・和歌山スキー協クラブ合同ツアー

3/20（金・祝）～22（日）野沢温泉スキー場

・関西ブロックレベルアップ（和歌山主管）

4/3（金）～5（日）志賀高原スキー場

