

和歌山スキー協通信

2016. 10. 16 (16-17 NO. 2)

秋らしくなりました。いろいろなスポーツに親しむには最適の季節ですね。スキーヤーにとっても、シーズンを待ちつついろいろな準備(身体・用具・お金...)をすすめる季節です。

今年の冬は日本海側で雪が多いとの予報も出ています。雪不足に悩まされた先シーズンの分まで楽しみたいですね。



行事案内

関西ブロック初滑り

12/16(金)～18(日)

同封の要項をご覧ください。申込書が必要な方はご連絡ください。

クラブ合同正月スキーツアー

☆日時 12/30(金)～1/3(火)

12/30 移動日(朝、和歌山市出発)

12/31～1/2 終日スキー

1/3 午前中スキー

昼食後 出発、夜帰着予定

☆行き先 黒姫高原スノーパーク

☆宿泊先 黒姫スキーセンター

長野県上水内郡信濃町野尻 3884-66

TEL 026-255-9331

☆参加費用 41000円(4泊9食、交通費、保険代) リフト代。昼食代等は別

☆申し込み。問い合わせ先

小林正知 073-451-5491

☆申し込み締め切り 12/25(日)

1Day スキー

☆日時 1/29(日) ※1/28(土)夜出発、

☆行き先 今庄365スキー場

☆申し込み。問い合わせ先

小浴康弘 090-3353-1086

関西ブロック競技大会

1/28(土)・29(日)よませ温泉スキー場

別紙要項をご覧ください。初めての方も気軽に楽しめる大会です。

お問い合わせは中岡 090-7873-3603 まで。

クラブ合同平日スキー

☆日時 2/8(水)～9(木)

☆行き先 奥神鍋スキー場

全国競技大会

3/4(土)・5(日)戸狩温泉スキー場

大成功！

関西ブロック学習交流会

今年の関西ブロック学習交流会は和歌山が主管。9月10(土)・11(日)、紀三井寺「はやし」を会場に関西各府県から58名が参加、学習と交流を深めました。

和歌山からは15名が参加し、みんなの力で大きな行事を成功させることができました。

以下、各講義の報告・感想を紹介します。

第1講義 「あなたのクラブは大丈夫？」(講師・小川洋 全国理事長)を受講して

小林正知 (きのくにSC)

雪なし県として、魅力あるスキークラブを模索していますが、つながりを生かしたり、活発な諸活動を通じて人を集めたりと一部に明るい展望も持ちながらも、大幅な組織拡大につながっていません。

大きな取り組みができない中で、指導員でありながら、指導する機会も少なくなっており、技術の向上への意欲も薄れがちで、もっている能力を引き出すところまでいっていません。

講義の後の質問で「スキーはスポーツか、レジャーか」との問いに、「競技だけがスポーツ的要素でない。どう上手くなるかの探求も大事だ。」

との答えの中にスキーとしての在り方が隠されているのではないかとも思いました。

うちのクラブ (きのくにSC) では中高年ばかりですが、技術の向上を第一義においてツアーをやっていますが、山登りに例えると2合目より3合目と上に上がることでより景色も気持ちも高まることで、「以前よりうまくなることで、楽しみが膨らむ」姿勢を堅持しています。

組織の継続や活発なクラブをつくるためには、どう若者を結集していくかが課題です。非正規者が増え「暇もお金もない」、スキーをする環境としては恵まれていませんが、インターネットやいろいろなつながりを利用して、前向きに取り組んでいきたいものです。

組織をどう活性化するか大きなヒントをいただいた講義でした。

第2講義 「1年中、スキーはいつでもうまくなる！」(講師・米丘友明 元SAJデモ)について

坪倉宏嗣 (きのくにSC)

今回、ハートスキーの紹介とDVDとでの話でした。スキー板の販売は米丘氏の名前で買うとけっこう安いと思う。昨年ニューモデルを税込み¥88000で買いました

DVDで、コブの基本で、特にポジションとストックの早めの準備で、リングのことだった。ストックの意識で、外向傾とズレができそうです。ターンの後半、中間姿勢は、膝に手がつくほど低くなっていたことです。練習目標になります。

オフは、ウイングヒルでピスラボのレッスンを数回やっているとのこと。テント地にプラスチックのピンを植えたブラシです。30年ほど前、高野口から登ったところにブラシスキー場があった。数回行った。手首にやけどした。冬が楽しみです。



第4講義「SKIのリスクヘッジ～道具選びと正しい動きでスキーを安全なスポーツに!!～」（講師・スキー工房ヒグチ 樋口和正氏）について

小浴康弘（シュカブラSC）

個人個人のタイプによって練習の方法が変わってくるとのこと。そのタイプとは股関節を使って回す人と、膝を使って回す人とがいるとの事（平行に開脚して、しゃがんだ時に膝が爪先より多く前に出るタイプの人と膝が爪先より前に余り出ないでお尻が後ろに出るタイプの人）このタイプの違いによって、トレーニングの内容が変わる、そして適切なカリキュラムに沿ってする事により飛躍的に向上するらしい。

だから、ブーツの調整（インソールのオーダーメイド等）をするより先に、身体を調べその人に合った方法などを計画して実行することにより早い成果が出る。そうで無いと成果が出ないどころか、体調を崩してしまう事もあるとのこと。（ランニングの練習で、間違った練習すると膝関節を破壊しているに等しい）

骨折した人でもリハビリの時の時間の短縮がされみるみる筋肉、筋力が戻って来るらしい。



クラブだより

《きのくにSC》 10/12 総会 8名

(1) きそふくしまスキーツアー
(下記3コースより希望の日程を選択)

① 1/22 (日) ～24 (火)

② 1/23 (月) ～25 (水)

③ 1/22 (日) ～25 (水)

(2) 野沢温泉スキーツアー
2/12 (日) ～15 (水)

(3) 志賀高原スキーツアー
3/19 (日) ～22 (水)

《すべりやS. C.》

(1) きそふくしまスキーツアー
1/21 (土)・22 (日)

※詳細は各クラブにお問い合わせください。

クラブの行事予定や報告など、事務局（池口）とともに機関紙部（中岡）へも連絡をお願いします。

会議の予定

☆第3回県スキー協理事会

11/19 (土) 午後6時～

居酒屋「しみず」にて（会議の後、学習交流会のごくろうさん会を予定）

☆指導員会議（初級指導員理論研修扱い）

12/11 (日) 午前9時～12時

伊都教育会館（全国技術部会の報告や新教程への意見交換などを予定）

発行責任 中岡 大

648-0003 橋本市隅田町山内 1017 TEL 0736-36-8452 FAX 0736-36-1358

E-mail dai-n.suberiya@gaia.eonet.ne.jp 携帯 090-7873-3603

和歌山スキー協ホームページ <http://www.jtw.zaq.ne.jp/cfaol505/>（「和歌山スキー協」で検索！）