23　基礎徹底習得キャンプ①

23　基礎徹底習得キャンプ①

スキーは、斜面を落下する事で生まれるスピードを、使用する用具の特性と、身体運動と操作でターンに繋げる独特のスポーツです。状況の変化も著しいし、滑りの求め方によっては、大変繊細な要素があります。感覚を高めることも勿論大事ですが、基礎を理解して身に付ける事は、最も大事な事と思います。基礎無くしての上達はありません。
シーズンの序盤に、徹底して基礎を身に付ける練習をしておくと、必ず良い効果が表れます。スランプになった時も基礎練習に立ち返る事で、原因を見つけ出し調子を取り戻す切っ掛けになります。
基礎は特殊ではありません。地道な練習を繰り返す事が多いですが、当たり前のことを当たり前に出来るようにする為には、正しい練習を繰り返し行わなければなりません。
正しい技術の考え方、身体の使い方、スキーの動かし方、正しい練習の仕方をお伝えするレッスンです。
基礎を身に付け、色々な斜面を楽しく滑りながら技能を高めましょう。

レッスン時間	9: 00~11: 00/12: 00~15: 00□□1日5時間レッスン
受付時間	8: 15~8: 45
受付場所	センターハウス内スクール受付（受付場所が変更になる場合は個別にご連絡いたします）□※受付時に感染予防対策の為、検温と健康チェックをさせて頂きます。

No.	23
レッスンクラス	基礎徹底習得キャンプ①
会期	12/11(木)12(金)
講師	竹田征吾
定員	10名
料金	22,000円
募集対象・内容	1級程度以上の方が対象です。 低速、中速での基礎練習で、ターンに必要なエッジング（加重のし方、スキーの角の立て方、スキーの向きを調整する捻り方）の理解を深めます。基礎技術を身に付けるために、何度も繰り返し練習する根気のいる作業の上に、応用、発展技術が重なります。その基礎技術が正しいものであるための、パートナーがインストラクターです。

・新型コロナウイルス感染拡大による、変更・中止が生じる可能性もございます。
・体調不良の方、風邪や咳の症状がある方は受講をご遠慮下さい。
・体温が37度5分以上の方は、受講をご遠慮頂きます。

□□□