17　1級受検対策キャンプ①

17　1級受検対策キャンプ①

昨シーズンより、特別講座のカテゴリーではなく、キャンプとして取り扱うことになりました。特別講座の定義として、受講される方は会期中同じメンバー、担当するインストラクターは固定。通常は、２日間のレッスンを６回、延べ１２日間のレッスンプランですが、このキャンプは受講し易いように、2日間のレッスンを６回実施します。その回毎に、検定で求められるポイントをテーマに掲げて行われます。参加される受講生は固定ではなく、その回毎に予約を受け付けます。ご自分の求めるテーマを見つけて受講が可能になります。

担当するインストラクターは、６回期通して固定にしており、特別講座の特性を残しておりますので、安心して受講できます。

● No.17　①は、都合により1DAYレッスンとなります。

●１級受検対策キャンプ受講者には事前講習修了証明証を発行いたします。

【レッスンのテーマ】

①②・・・基礎作りを中心に、整地された斜面で、低速技術を中心に応用・発展に必要なベースをしっかり作ります。

ターンをするのに必要なエッジング（身体の重さの乗せ方、スキーの板の角の立て方、スキーを回転させる滑り方）の基本を知り、操作、運動の基礎を身に付けます。

③・・・①②で身に付けた基礎を反復しながら、実践的な大回りに繋げます。色々な斜面を使い、対応力、習熟度を高めます。ターンのサイズをコントロールする操作、運動の要領も学び、中回り、小回りにサイズダウンする能力も身に付けます。

④・・・①②で身に付けた基礎を反復しながら、実践的な小回りに繋げます。色々な斜面を使い、スピードのコントロールがしっかり出来るようにします。

同時に、不整地小回りに繋がる応用技術も学びます。

⑤・・・④で学んだ実践的な小回りを発展させて、不整地の小回りを中心にレッスンします。

整地と不整地を行き来しながら、不整地の要領を理解し、コブ（不整地）を制覇します。

⑥・・・総合滑降でリズム変化への対応力を身に付けます。普段は余りすることのないリズム変化の練習で、斜面を自由に動ける能力を身に付けます。最終回なので、検定種目全ての補習をして、理解を深めてきた事のおさらい、そしてポテンシャルを高めるための仕上げをします。

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。
事前講習修了証	レッスン終了後□解散時に講師よりお渡しいたします。

No.	17
レッスンクラス	1級受検対策キャンプ①
会期	12/25(土)
講師	佐藤
定員	8名
料金	10,000円
募集対象・内容	SAJ2級所持で、1級合格を目指す方 ①②は基礎作りを中心にレッスンします。整地された斜面で、低速技術を中心に応用・発展に必要なベースをしっかり作ります。 ターンをするのに必要なエッジング（身体の重さの乗せ方、スキーの板の角の立て方、スキーを回転させる捻り方）の基本を知り、操作、運動の基礎を身に付けます。 ㊟①のみ1DAYレッスンとなります。
特典	1級事前講習修了証を発行いたします。

・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。

・マスクの着用をお願いいたします。（レッスン中はバフなどで口元を覆うのも可）

・ご自身での感染防止対策をしてご参加下さい。

こちらのレッスンを予約する