# 9　平日特別講座□12日間□中級コース

## 9　平日特別講座□12日間□中級コース

平日上級コースと同様、平日の空いてるゲレンデを有効に使って、安心して上達を目指す講座です。
2級程度の方が対象です。
ゆったり、のんびり、あまりガツガツしては滑りませんが、上手くなる事には妥協を一切いたしません。
シニアの方が中心になりますが、シニアだって上手くなりたい、どんな斜面でも滑れるようになりたい、そんな夢を叶えます。
2日間のレッスンを6回、延べ12日間の余裕のあるスケジュールで、基礎技術をしっかり身に付けて、上達の可能性を広げます。
富士見パノラマリゾートの、長くて変化に富んだゲレンデを十分に活用して、どんな斜面でも、しっかりコントロールして、安全に楽しく滑る事ができる技能を高めていきます。
同じシニア世代の石井俊一が担当し、長いインストラクターの経験も活かして、わかり易く、無理させずに、楽しく、確実に上達に導いていきます。
雪の状態が良い時期に設定して、ストレスや身体に負担が掛からない配慮をしています。

| | |
|---|---|
| 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 | 8:30~8:45 |
| 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.** | 9 |
| レッスンクラス | 平日特別講座□12日間□中級コース |
| 会期 | ①12/23(木)24(金)<br>②1/6(木)7(金)<br>③1/17(月)18(火)<br>④1/27(木)28(金)<br>⑤2/3(木)4(金)<br>⑥2/17(木)18(金) |
| 講師 | 石井俊一 |
| 定員 | 10名 |
| 料金 | 124,000円 |

| | |
|---|---|
| 募集対象・内容 | 中・急斜面で小回りが出来る、2級程度以上でシーズンを通してレベルアップを考えている方。<br>基礎技術を見直して、上達するための基礎をしっかりと作ります。同じようなレベルの方々と、気兼ねなく、焦らず、ゆったりと練習しながら上達への過程を楽しみます。応用力や経験を増やす事で、色々な斜面や、雪質を自由に楽しめる可能性を作っていきます。 |
| 特典 | 平日特別講座・中級コース受講の方は自動的に『パノラマ会特別講座会員』となり、各種特典を受ける事ができます。<br>詳しくはパノラマ会のページをご覧下さい。 |

・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

---

# 10 特別講座 小回り／コブ攻略コース Aコース

## 10 特別講座 小回り／コブ攻略コース Aコース

小回り系に特化した特別講座。2日間のレッスンを2回期、延べ4月日間で実施。
整地の小回りを制すれば、コブの小回りも応用して制する事ができる筈。
中急斜面で、小回りでスピードコントロールして滑れる、1級程度の方が対象です。
整地で、丸いターン弧を描ける技能を身に付け、コブの中でも丸いターン弧でしっかり
スピードをコントロール出来るような滑りを目指します。シーズン終盤の、コブが柔らかくなる頃で設定。
整地斜面で、小回りの技術をわかり易いアプローチで理解。そしてコブで実践。
柔らかいコブは、恐怖心を和らげ、安心して楽しみながらトライして、コブでの滑りのレベルアップを可能にします。
コブのエキスパートのインストラクターが、自身が上達した経験でわかり易くお伝えし、上達のお手伝いをいたします。

| | |
|---|---|
| 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。 |

| | |
|---|---|
| **No.** | 10 |
| レッスンクラス | 特別講座□小回り／コブ攻略コース□Aコース |
| 会期 | ①3/12(土)13(日)<br>②3/19(土)20(日)<br>※講師都合で、2回期4日間のレッスンとなります。 |
| 講師 | 中村春菜 |
| 定員 | 8名 |
| 料金 | 38,000円 |
| 募集対象・内容 | 中・急斜面で小回りが出来る、1級程度以上の方。<br>4日間の日程で、整地で小回りの基礎を理解し確実に身に付けて、コブの中で応用出来るようにする講座。<br>整地でも、コブの中でも、丸い弧を描きながらしっかりとスピードコントロール出来るような滑りを目指します。 |
| お知らせ | 特別講座ですが、開催会期が２回期、４日間となり、パノラマ会特講会員の基準に満たない為、こちらの講座はパノラマ会会員とはなりません。 |

・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

---

# 11 特別講座□小回り／コブ攻略コース□Bコース

# 11 特別講座｜小回り／コブ攻略コース｜Bコース

中級斜面でゆっくり小回りで滑る事ができる2級程度の方が対象。
整地斜面で、積極的にスキーをずらすことでターン出来るような運動、操作を
しっかり身に付け、コブの中でもズレを使ってスピードをコントロールする技を覚えます。スピードを自在に抑えれることが安心感に繋がり、コブへの恐怖心を和らげる事が出来ます。そして、コブが楽しいと思えるようにしましょう。
ベテランインストラクターが、目から鱗のレッスンをいたします。
※Bコースは3回期、延6(日)間で開催します。

| | |
|---|---|
| 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。 |
| **No.** | 11 |
| レッスンクラス | 特別講座｜小回り／コブ攻略コース｜Bコース |
| 会期 | ①3/12(土)13(日)<br>②3/19(土)20(日)<br>③3/26(土)27(日) |
| 講師 | 篠原悦子 |
| 定員 | 8名 |
| 料金 | 56,000円 |
| 募集対象・内容 | 中・急斜面で小回りが出来る、2級程度以上の方。<br>6日間の日程で、整地で小回りの基礎を理解し確実に身に付けて、コブの中で応用出来るようにする講座。<br>整地でも、コブの中でも、スキーを積極的にずらしながら、しっかりスピードをコントロールして安全に滑れる技術と能力を身に付けます。 |
| 特典 | 特別講座｜小回り／コブ攻略コース講座受講の方は自動的に『パノラマ会｜特別講座会員』となり、各種特典を受ける事ができます。<br>詳しくはパノラマ会のページをご覧下さい。 |

・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

---

# 12　平日コブ攻略コース Ⅰ期

## 12　平日コブ攻略コース Ⅰ期

平日の空いているゲレンデで、安心して、心おきなくレッスンを受けられます。シーズンの中盤、富士見パノラマに整備されたコブ斜面が登場し始める頃からスタート。2日間のレッスンを3回期、延べ6日間の講座。Ⅰ期・Ⅱ期の設定があります。Ⅰ期・Ⅱ期共に内容は変わりません。もちろん両方受講されても構いません。
中急斜面で小回りが出来る方が対象。
整地では小回りが出来るけど、コブ斜面では全く歯が立たずに、別人のようになってしまう方にはうってつけのレッスンです。
整地で、小回りの基本をしっかり理解して動ける身体を作ります。
スキーの操作方法も学びます。同時にコブ斜面にもトライして、整地とコブ斜面の共通する事、応用する事、要領を少しずつ学びます。
Ⅰ期は、シーズンの終盤ではなく、早い時期からコブの上達を目指すスケジュールになってます。Ⅱ期は、シーズンの終盤に差し掛かった時期の、コブが少し柔らかくなって、怖さが薄らぐ時期に開催いたします。
担当は、石井俊一。シニアの方の、コブに対する恐怖心、苦手意識を良く知っています。目から鱗のレッスンで、全てを解決します。

| | |
|---|---|
| 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: 30~8: 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.** | 12 |
| レッスンクラス | 平日コブ攻略コース Ⅰ期 |

| | |
|---|---|
| 会期 | ①1/20(木)21(金)<br>②1/31(月)2/1(火)<br>③2/14(月)15(火) |
| 講師 | 石井俊一 |
| 定員 | 10名 |
| 料金 | 62,000円 |
| 募集対象・内容 | 中・急斜面で小回りが出来る、2級程度以上の方。<br>6日間の日程で、整地で小回りの基礎を理解し確実に身に付けて、コブの中で応用出来るようにする講座。<br>整地でも、コブの中でも、丸い弧を描きながらしっかりとスピードコントロール出来るような滑りを目指します。 |
| 特典 | 平日コブ攻略コース受講の方は自動的に『パノラマ会特別講座会員』となり、各種特典を受ける事ができます。<br>詳しくはパノラマ会のページをご覧下さい。 |

・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

---

# 13 平日コブ攻略コース II期

## 13 平日コブ攻略コース II期

平日の空いているゲレンデで、安心して、心おきなくレッスンを受けられます。シーズンの中盤、富士見パノラマに整備されたコブ斜面が登場し始める頃からスタート。2日間のレッスンを3回期、延べ6日間の講座。Ⅰ期・Ⅱ期の設定があります。Ⅰ期・Ⅱ期共に内容は変わりません。もちろん両方受講されても構いません。
中急斜面で小回りが出来る方が対象。
整地では小回りが出来るけど、コブ斜面では全く歯が立たずに、別人のようになってしまう方にはうってつけのレッスンです。

□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□
□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□
□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□
□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□
□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□

| | |
|---|---|
| □□□□□□ | 9□00□11□00/12□00□15□00□□1□5□□□□□ |
| □□□□ | 8□30□8□45 |
| □□□□ | □□□□□□□□□□□□□□(□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□)□□□□□□□□□□□□□□□<br>□□□□□□□□□□□□□□□□□□ |

| No. | 13 |
|---|---|
| □□□□□□□ | □□□□□□□□□□□□ |
| □□ | □2/28(□)3/1(□)<br>□3/10(□)11(□)<br>□3/17(□)18(□) |
| □□ | □□□□ |
| □□ | 10□ |
| □□ | 62,000□ |
| □□□□□□□ | □□□□□□□□□□□□□□2□□□□□□□□<br>6□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□<br>□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□ |
| □□ | □□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□<br>□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□ |

□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□
□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□
□□□□37□5□□□□□□□□□□□□□□□□□□
□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□
□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□

□□□□□□□□□□□□□

# 14　日帰りドック指導員／準指導員受検対策①

## 14　日帰りドック指導員／準指導員受検対策①

資格検定を受検予定の方や、各スキークラブ等で指導的立場にある方に最適な、パノラマスノーアカデミー定番レッスンです。
資格検定は、スキー技術の基礎を理解し、応用、発展に繋げるための技能を向上させる、スキー指導の組み立ての理解度、それを表現できる師範能力を判定されます。
竹田征吾が、ナショナルデモンストレーターとして活躍し身に付けた知識と技術で、合格に必要なポイントとして漏れなくお伝えし、合格へのお手伝いをいたします。
ご参加しやすい1DAYレッスンとなっています。

※パノラマスノーアカデミーでは、指導員／準指導員受検の為の特別講座もご用意しています。
全6回期間1.2日間コースとなり、検定日前までに、徹底してレッスンしていくプログラムです。
週末コース担当：菅原悟（キャンプ№1）
平日コース担当：石井俊一（キャンプ№2）

| | |
|---|---|
| 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 | 休日　8:15~8:45　/　平日　8:30~8:45 |
| 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. | 14 |
|---|---|
| レッスンクラス | 日帰りドック指導員／準指導員受検対策① |
| 会期 | 2/10(木) |
| 講師 | 竹田征吾 |
| 定員 | 8名 |
| 料金 | 11,000円 |
| 募集対象・内容 | 資格検定の受検を予定されている方 基礎課程を中心にレッスン。<br>整地された斜面でしっかりと基礎技術の理解を深め、表現力を豊かにします。 |

[illegible]
[illegible]
[illegible]37[illegible]5[illegible]
[illegible]
[illegible]

[illegible]

---

# 15 [illegible]/[illegible]

## 15 [illegible]/[illegible]

[illegible]
[illegible]
[illegible]
[illegible]1DAY[illegible]

[illegible]/[illegible]
[illegible]
[illegible]№[illegible]
[illegible]№[illegible]

| | |
|---|---|
| [illegible] | 9[illegible]00[illegible]11[illegible]00/12[illegible]00[illegible]15[illegible]00[illegible]1[illegible]5[illegible] |
| [illegible] | [illegible]8[illegible]15[illegible]8[illegible]45[illegible]/[illegible]8[illegible]30[illegible]8[illegible]45 |
| [illegible] | [illegible]([illegible])[illegible] |

| No. | 15 |
| --- | --- |
| レッスンクラス | 日帰りドック指導員/準指導員受検対策② |
| 会期 | 2/11(金・祝) |
| 講師 | 竹田征吾 |
| 定員 | 8名 |
| 料金 | 11,000円 |
| 募集対象・内容 | 資格検定の受検を予定されている方 基礎課程を中心にレッスン。<br>様々な斜面を使って、技能を向上させます。 |

・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

---

# 16 遠征レッスン指導員受検直前現地レッスン

## 16 遠征レッスン指導員受検直前現地レッスン

受検生のメンタルと技術をサポートする新しい試みです。
指導員受検者限定ですが、検定会直前の日程で検定会場のスキー場で、仕上げのレッスンをするプランです。
所属しているスキークラブでサポートしてもらえる方は大丈夫とは思いますが、それ以外の方で不慣れな検定会場の斜面の対応の仕方が心配な方、受検の為に練習してきたことに自信が持てず、もの凄く不安を抱えている方が、自信を持って受検に臨めるように、石井俊一が検定会場のスキー場で、検定種目用に設定されたそれぞれのバーンを使って合格のための仕上げをします。

| | |
|---|---|
| レッスン時間 | 9: 30~□□1日5時間レッスン |
| 会場 | 指導員検定□第3会場□※□現地集合となります |
| 受付時間 | 受講生へ個別にてご連絡いたします |
| 受付場所 | 受講生へ個別にてご連絡いたします |

| No. | 16 |
|---|---|
| レッスンクラス | 遠征レッスン□指導員受検直前現地レッスン |
| 会期 | 2/23(水・祝)24(木) |
| 講師 | 石井俊一 |
| 定員 | 10名 |
| 料金 | 25,000円 |
| 募集対象・内容 | 指導員受検□第3会場での受検をする方が対象<br>検定会直前の日程で検定会場のスキー場で、仕上げのレッスンを行います。 |
| その他 | 現地集合、現地解散となります。 |

・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

---

# 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<br>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。<br>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。<br>㊟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

---

# 18　1級受検対策キャンプ②

## 18　1級受検対策キャンプ②

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。
●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。

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

| | |
|---|---|
| [illegible] | 9[illegible]00[illegible]11[illegible]00/12[illegible]00[illegible]15[illegible]00[illegible]1[illegible]5[illegible] |
| [illegible] | 8[illegible]15[illegible]8[illegible]45 |
| [illegible] | [illegible]([illegible])[illegible] |
| [illegible] | [illegible] |

| | |
|---|---|
| **No.** | 18 |
| [illegible] | 1[illegible] |
| [illegible] | 1/8([illegible])9([illegible]) |
| [illegible] | [illegible] |
| [illegible] | 8[illegible] |
| [illegible] | 20,000[illegible] |
| [illegible] | SAJ2[illegible]1[illegible]<br>[illegible]<br>[illegible] |
| [illegible] | 1[illegible] |

[illegible]

[illegible]

37 5

# 19 1

## 19 1

2

●

[illegible]

| | |
|---|---|
| [illegible] | 9[illegible]00[illegible]11[illegible]00/12[illegible]00[illegible]15[illegible]00[illegible]1[illegible]5[illegible] |
| [illegible] | 8[illegible]15[illegible]8[illegible]45 |
| [illegible] | [illegible]([illegible])[illegible] |
| [illegible] | [illegible] |
| **No.** | 19 |
| [illegible] | 1[illegible] |
| [illegible] | 1/15([illegible])16([illegible]) |
| [illegible] | [illegible] |
| [illegible] | 8[illegible] |
| [illegible] | 20,000[illegible] |
| [illegible] | SAJ2[illegible]1[illegible] [illegible] |
| [illegible] | 1[illegible] |

[illegible]
[illegible]
[illegible]37[illegible]5[illegible]
[illegible]
[illegible]

[illegible]

# 20 1級受検対策キャンプ④

## ２０ 1級受検対策キャンプ④

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。

●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.** | 20 |

| | |
|---|---|
| レッスンクラス | 1級受検対策キャンプ④ |
| 会期 | 1/22(土)23(日) |
| 講師 | 佐藤 |
| 定員 | 8名 |
| 料金 | 20,000円 |
| 募集対象・内容 | SAJ2級所持で、1級合格を目指す方<br>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。 |
| 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

---

# 21　1級受検対策キャンプ⑤

## 21　1級受検対策キャンプ⑤

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。
●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.** | 21 |
| レッスンクラス | 1級受検対策キャンプ⑤ |
| 会期 | 1/29(土)30(日) |
| 講師 | 佐藤 |
| 定員 | 8名 |
| 料金 | 20,000円 |
| 募集対象・内容 | SAJ2級所持で、1級合格を目指す方<br>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。<br>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。 |
| 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。

□□□□37□5□□□□