

# ウィンターキャンプ

1月4日（水）～7日（土）4days

宿の前は、混雑のない広い緩斜面が中心のスキー場！少人数のレベル別レッスンでしっかりとした技術が身につきます。ビデオ撮影をしながらのスキーレッスンは上達間違いなし。夜はインストラクターとビデオを見ながらレクチャーを受けます。ばっちり上達してメダル検定にチャレンジしよう！めずらしいトロイカに乗って、雪あそびもいっぱいです。

- 【対象】 小学生～中学生 15名  
【場所】 長野県大町市爺ガ岳スキー場 宿泊 マルハンロッジ  
【交通】 往復 貸し切りバス  
【参加費】 87,000円(税込) \*会員外90,000円(税込)

交通費、宿泊、食事、プログラム、スキーレッスン、レンタルスキー、リフト代、保険代含む

\*ウェアレンタルは別途 3日間 4,000円 \*メダル検定代は別途(1,500円後日清算)

## プログラム

1/4（水）	1/5（木）	1/6（金）	1/7（土）
出発 (二子玉川)  ロッジ到着 昼食 スキー板合わせ後 スキーレッスン①  夜のお楽しみプログラム	スキーレッスン②  昼食 スキーレッスン③  雪あそび おやつバイキング  ビデオを見ながら スキーレッスン	スキーレッスン④  昼食 スキーレッスン⑤ 検定テスト  フリー滑走  検定表彰式	ロッジ出発 手作り味噌体験 昼食  到着（ピスト教室）

\*雪の状況やスキー上級者は、鹿島槍スキー場(バスで10分程)へ移動してスキースクールを実施する場合があります。

\*内容は天候や雪の状況によって変更する場合がございます。

### スキーレッスンについて

- \* 期間中 5レッスン受けていただきます。(1レッスンは2時間)
- \* レベル別のチームに分かれて練習します。

- A スキーが初めての人とリフトに1人で乗ったことがない人
- B ブレークボーゲンができて、ほぼ思うように曲がれる人
- C シュテムターン、パラレルターンができる人

\* チームの定員があります。

\* 2日目のレッスン後、夜にビデオを見ながら、次の日のレッスンや検定に備えてインストラクターのレクチャーを受けます。

\* BチームとCチームのおさんは、3日目に認定テスト(SIAジュニア国際スキー技術検定)を受検します

少人数グループにベテランインストラクターが専属指導でたっぷり練習するから上達間違いなし！

### ねらい

自然体験や共同生活から様々なことを学び健やかな成長を育む。

- ・雪山の自然体験は好奇心を伸ばし五感を磨きます。
- ・異年齢の子どもたちの集団は、自律心を育て、自己表現を工夫しながらコミュニケーションを深めます。
- ・スキーを楽しむ運動能力を高めます。

### 認定テスト



### トロイカ



### 爺ガ岳スキー場



### こだわり

・スキーや雪あそび以外の時間も、盛りだくさんの充実プログラムでお楽しみがいっぱい。

- ・生活面は少人数のグループに担当の先生が行動を共にし、安全・食事・体調管理など全てをサポートします。→ 報告シートにてお知らせします。
- ・一人の参加も大歓迎

### 味噌作り

