

## 2026糠平ユース事前練習会開催要項

開催日時：令和8年1月10日（土）9：00～13：00（集合8：40）

開催場所：ぬかびら源泉郷スキー場（集合：ロマンスリフト乗り場）

### スケジュール ※予定

8：40 事前練習会ミーティング（コーチ・選手）

9：00～11：00 GSトレーニング（2セット予定）

11：00～13：00 SLトレーニング（3セット予定 ロング2セット ショート1セット）  
（終了後） 総括・解散

※GSトレーニングは第1高速リフト使用

※SLトレーニングはロマンスリフト使用

※各種目最初の30分はアップ、ポールセットで使います。

### 〈連絡事項〉

- ① 選手及びコーチのリフト券は、各自で購入願います。
- ② 8：40からリフト乗り場前にて日程や留意点を説明します、可能な限り集合願います。
- ③ 練習中は大会に向けた準備も行われています。作業の妨げにならない様、十分注意して下さい。
- ④ スキー場利用のマナー（ロッジ内の荷物の放置、スキー板の放置など）をしっかりと守りましょう
- ⑤ 基本的に練習は朝のミーティングから終了後の総括まで、参加をお願いします。
- ⑥ 参加人数や天候等により、予定を変更する場合があります。
- ⑦ 人数によってはグループ分けをする為、チーム単位での行動ができないことがあります。
- ⑧ 参加申込は不要ですが、事故等があった場合には自己責任である事を承諾の上参加願います。  
ポール損料として選手一人@500円を徴収しますので、引率コーチの方は、封筒にチーム名、代表  
コーチ氏名、連絡先、参加選手人数、金額を記入し、事前練習会前、もしくは、当日のTCM時に、  
下記の担当まで提出願います。
- ⑨ コーチの方はセッティング、スタートコントロールや、コース整備等の協力をお願いします。

#### 問い合わせ

北海道スキー連盟 アルペン部 強化コーチ小委員会

担当：中根 正登（留辺蘂） 久慈（夕張）

八木橋（高体連） 高橋（遠軽）

電話：080-4048-6342（中根）