

第13回ジュニアスキー教室しおり

平塚スキー協会事務局

♪♪このスキー教室がお子さんにとって楽しいスキーとなるために下記内容についてしっかりお伝えください♪♪

1.行き先

サンメドウズ清里スキー場 〒407-0311 山梨県北斗市大泉町西井出 8240-1 Tel.0551-48-4111

2 日 程

:2024年2月3日(土)

午前6:15	平塚駅南口プレジール前	集合・受付開始	
			・受付を済ませたら、荷物を決められたところに置きバスに乗ろう。(受付で着座する席をご案内します。)
午前6:30	出発		・酔いやすい人は前の方に乗せてあげる思いやりを大事に!
午前9:30	スキー場到着		・控室にてスキーウェアに着替えます。荷物はその部屋に置きます。
			・レンタルの人は用意してありますのでスタッフにしたがって準備しましょう。
スキー講習①	10:20~12:20		・班行動です。困ったら班担当の先生に相談しよう。
昼 食	12:30~13:15		・班ごとに食事をします。
スキー講習②	13:30~15:30		・班行動です。困ったら班担当の先生に相談しましょう。
帰りの準備	15:30~15:50		・スタッフに従って帰りの準備をしましょう。
スキー場出発	16:00		・持ち物をチェックして忘れものがないように気を付けましょう。
	19:00	平塚駅南口プレジール前	到着予定

※ 平塚到着時間については状況を「ひらつかスポーツナビ」にアップする予定です。

3 ところけること

- ・朝の健康チェックを!(体温 おなかの調子など) ※発熱(体温37.5°以上)しているときは、キャンセルさせる判断を!
- ・朝食はしっかりとらせてください。
- ・酔いやすい人は酔い止めの薬を!わすれずに! (万が一に備えて吐しゃ袋の用意を)
- ・元気なあいさつと感謝の気持ちを! (おはようございます。ありがとうございます)
- ・スタッフ、スキーの班の先生の話をよく聞き、バス内でのマナーを守ろう。
- ・講習 食事中は班行動 (新しい友達を作るチャンス。仲よく協力し合ってスキーを楽しもう!)
- ・レンタルスキーセットが合わなかったり、トイレに行きたくなったりなど困ったことが起きた時は班の先生に早めに伝えよう。班の先生はみなさんの相談相手です。

4 持ち物・・・できるだけバック一つにまとめよう。(持ち物にはお子さんの名前を明記してください。)

(1) 服装

- ・スキーウェア・スキーパンツ・グローブ(手袋)・ニット帽またはヘルメット・ゴーグル
特にゴーグルは必需品です。
- その他 ネックウォーマーかバンダナがあると寒いとき便利です。
- ・スキーウェアの下に着るもの (アンダーウェア、トレーナー、フリース、ヒートテックなど)
- ・スキーパンツの下に掃くもの (スパッツ、アンダータイツなど)
- ・スキー用くつ下(2足) *濡れた場合を想定しご準備下さい。

(2) 飲み物・おやつなど

- ・水とう(お茶など)
- ・おやつ(自分が食べれる分だけ)

(3) その他

- ・エチケットセット(ハンカチ、ティッシュ、手拭き、ごみ袋、吐しゃセット(酔いやすい人)) ・あせふきタオル
- ・酔い止めの薬(酔いやすい人) ・健康保険証コピー
- ・必要以上の貴重品やお金は持たせないようにしてください。紛失や破損の場合は自己責任になります。
- ・ジュニアバッジテストを希望した人は、仮合格証を発行します。バッジ及び合格証の発行手続きの方法は、ご帰宅後となります。内容をご確認のうえ申込み下さい。詳細は、仮合格証の裏面に記載します。

6級・・・1000円 (ゆるやかな斜面をスキーをハの字に開いて滑ったり止めたりできる。)

5級・・・1100円 (ゆるやかな斜面をスキーをハの字に開いて大きく回りながら滑ったり止めたりできる。)

4級・・・1200円 (中くらいの斜面でもスキーをハの字に開いて大きく回りながら滑ったり止めたりできる。)

3級・・・1300円 (中斜面で大回りターンが連続してできる。)

※ 当日は、バッジ及び合格証は発行できませんので、公認料は持参させないで下さい。

※ 健康保険証のコピーは受付時にお預かりします。(希望者のみ)

※ 当日連絡先: 平塚スキー協会 金子理人 090-7944-1187