

# SAGスキークラブ 月間予定表(1月)

内容	月	火	水	木	金	土	日
1週目			1日	2日	3日	4日	5日
TR名				雪上トレーニング	雪上トレーニング	雪上トレーニング	雪上トレーニング
会場				飛騨ほおのき平スキー場	飛騨ほおのき平スキー場	飛騨ほおのき平スキー場	飛騨ほおのき平スキー場
時間				7:30-14:30	7:30-14:30	7:30-14:30	7:30-14:30
指導者				連盟強化コーチ	連盟強化コーチ	連盟強化コーチ	連盟強化コーチ
2週目	6日	7日	8日	9日	10日	11日	12日
TR名	雪上トレーニング	雪上トレーニング	雪上トレーニング			雪上トレーニング	雪上トレーニング
会場	飛騨ほおのき平スキー場	飛騨ほおのき平スキー場	モンデウススキー場			飛騨ほおのき平スキー場	飛騨ほおのき平スキー場
時間	7:30-14:30	7:30-14:30	7:30-14:30			7:30-14:30	7:30-14:30
指導者	連盟強化コーチ	連盟強化コーチ	連盟強化コーチ			連盟強化コーチ	連盟強化コーチ
3週目	13日	14日	15日	16日	17日	18日	19日
TR名	飛騨高山スキー競技大会					雪上トレーニング	雪上トレーニング
会場	飛騨高山スキー場					飛騨ほおのき平スキー場	飛騨ほおのき平スキー場
時間	7:00-15:00					7:30-14:30	7:30-14:30
指導者	連盟強化コーチ					連盟強化コーチ	連盟強化コーチ
4週目	20日	21日	22日	23日	24日	25日	26日
TR名						雪上トレーニング	雪上トレーニング
会場						飛騨ほおのき平スキー場	飛騨ほおのき平スキー場
時間						7:30-14:30	7:30-14:30
指導者						連盟強化コーチ	連盟強化コーチ
5週目	27日	28日	29日	30日	31日		
TR名							
会場							
時間							
指導者							

## ★連絡事項

1月のSAGスキークラブ雪上練習のスケジュールです。よろしくお願いいたします。

1) 基本的にはほおのき平スキー場にて実施します。日程、リフト料金は以下の通りです。

7:30 現地集合 スキーセンター前に集合してください

8:00-11:00 午前トレーニング 12:15-14:30 午後トレーニング

15:00 現地解散

1日券3,400円(平日3,150円) シーズン券18,800円

2) マテリアルについてはSL・GSの板でお願いいたします。また、ヘルメットをご用意ください。

3) 8日(水)はモンデウススキー場にて実施します。間違いのないようにお願いいたします。

4) 1月13日(月)は「飛騨高山スキー競技会」にSAGスキークラブとして参加したいと思っておりますので、各自で要項を確認してエントリーをお願い致します。

目的 : 12月~1月の練習成果を試してみる。全中予選前に試合観を身につける。

会場 : 飛騨高山スキー場

日程 : 7:00~受付 9:00~インスペクション(コーチ帯同)

種目 : GS

エントリー代 : 2,000円

5) ご不明な点は事務局 高橋佑介(090-8093-5580)までご連絡ください。