

SAGスキークラブ 月間予定表(12月)

アルペン

内容	月	火	水	木	金	土	日
1週目		1日	2日	3日	4日	5日	6日
TR名						雪上練習	雪上練習
会場						ホワイトピア高鷲	ホワイトピア高鷲
時間						8:30-15:00	8:30-15:00
指導者						連盟コーチ	連盟コーチ
2週目	7日	8日	9日	10日	11日	12日	13日
TR名						雪上練習	雪上練習
会場						ホワイトピア高鷲	ホワイトピア高鷲
時間						8:30-15:00	8:30-15:00
指導者						連盟コーチ	連盟コーチ
3週目	14日	15日	16日	17日	18日	19日	20日
TR名						雪上練習	雪上練習
会場						飛騨朴の木平スキー場	飛騨朴の木平スキー場
時間						7:30-14:30	7:30-14:30
指導者						連盟コーチ	連盟コーチ
4週目	21日	22日	23日	24日	25日	26日	27日
TR名						雪上練習	雪上練習
会場						飛騨朴の木平スキー場	飛騨朴の木平スキー場
時間						7:30-14:30	7:30-14:30
指導者						連盟コーチ	連盟コーチ
5週目	28日	29日	30日	31日			
TR名	雪上練習	雪上練習	雪上練習	雪上練習			
会場	飛騨朴の木平スキー場	飛騨朴の木平スキー場	飛騨朴の木平スキー場	飛騨朴の木平スキー場			
時間	7:30-14:30	7:30-14:30	7:30-14:30	7:30-14:30			
指導者	連盟コーチ	連盟コーチ	連盟コーチ	連盟コーチ			

★連絡事項

*新型コロナウイルス感染症に関する対策、お願いは別紙を確認してください。

1 雪上TRについて 13日までは高山から送迎バスを出して郡上で活動します。

- 6:30 中山中ローソン出発
- 7:30 スキー場到着 (現地集合は7:40センターハウス2階)
- 7:45 ウォーミングアップ開始 (アップシューズが必要です)
- 8:30~11:00 午前トレーニング
- 12:15~14:30 午後トレーニング
- 16:00 中山中ローソン着

2 雪上TRについて(19日~飛騨朴の木平スキー場)

- 7:30 朴の木平スキー場バス停前 (現地集合)
- 7:35 ウォーミングアップ開始 (アップシューズが必要です)
- 8:00~11:00 午前トレーニング
- 12:15~14:30 午後トレーニング (練習後現地解散)

*ホワイトピア高鷲のリフト券については1日券2,700円(休日料金)となります。
 朴の木平スキー場については各自での購入をお願いします。

