

SAGスキークラブ 月間予定表(1月)

アルペン

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

★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(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)

* 朴の木平スキー場のリフト券については各自での購入をお願いします。

* 種目は兩種目できるように準備をお願いします。

なお、ゲート練習ができるようになったらご連絡させていただきますので、道具の準備もお願いします。