

奥志賀スペシャル

技術レベルに合わせて教師を選べるコースです。

【会場】奥志賀高原とその周辺のスキー場
 【宿舎】スポーツハイム奥志賀
 (スキーヤーズベッド・アウトバス・アウトトレ)
 【集合受付】スポーツハイムフロント
 ※開講時間の15分前までに受付をお済ませください。
 【開講時間】初日(雪上) 午前開講⇒9:30 午後開講⇒13:30
 【閉講時間】最終日(雪上) 午前閉講⇒11:15 午後閉講⇒15:15
 ※午前、午後の開講・閉講は下記日程でご確認ください。

技術レベルによって受講できるコースが異なります。下記の表を参考に受講コースをお選びください。

- 上級A どこでも美しく力強く滑れる方
I.T.ゴールド73点平均以上
SAJテクニカル・クラウン・正指導員取得程度
- 上級B 整地や不整地でも、スピード感、躍動感がある方
I.T.ゴールド
SAJ1級取得程度以上・準指導員取得程度
- 上級C 急斜面でショートターンができる。もしくは、不整地やコブを連続してターンができる
I.T.セミゴールド・シニアゴールド
SAJ1級取得程度

- 中級A 中斜面で基本的なショートターン、ロングターンができる
I.T.シルバー取得程度以上、SAJ2級取得程度
- 中級B 中斜面でパラレルターンができる
技術的には中級Aだが体力に自信がない方
I.T.シルバー取得程度
- 中級C 緩斜面でパラレルターンができる
技術的には中級Bだが体力に自信がない方
- 初級A 緩斜面でシュテムターン～パラレルターン(スキーのスタンスが平行)ができる
- 初級B 今回がスキー経験2回目～ブルークボーゲン程度
- 初心者 スキー板、スキーブーツを今回初めて履く方

奥志賀スペシャル・テクニカルアドバイザー(TA)鍵

ご自身の技術レベルに合わせて教師(クラス)を選べるコースです。お申込み時にクラスをご指定ください。自己申告となりますので、クラスの中でレベル差が生じる場合があります。左下の表を必ずご覧ください。初入校の方は、初回はクラス分けのあるレギュラーコースへの入校をおすすめします。

SKI	中級者	上級者	中学生以上	奥志賀	【募集定員】各教師1名に付き7名(1期と5期の塚脇誠クラス・17期・TA鍵は9名) 【最少催行人員】各教師1名に付き2名、TA鍵は5名
-----	-----	-----	-------	-----	--

※会期によって申込資格が異なります。

会期	日程	申込資格	担当教師	会費	会費内訳	内容	◎
1期	12月9日(金)PM～12月11日(日)PM	上級A・B・C	野田隆弘	48,500	講習2.5日、2泊、2夕食、2朝食	即効性 ポジショニングチェック	
	32,500			講習2日、1泊、1夕食、1朝食			
	12月10日(土)AM～12月11日(日)PM	同上	同上	48,500	講習2.5日、2泊、2夕食、2朝食	コンディショントレーニング雪上編A「股関節の使い方」エッジングの切換え&回旋編	
2期	12月16日(金)PM～12月18日(日)PM	上級A・B・C	春野貞和	48,500	講習2.5日、2泊、2夕食、2朝食	基本姿勢と足裏感覚	
	32,500			講習2日、1泊、1夕食、1朝食			
	12月17日(土)AM～12月18日(日)PM	同上	同上	48,500	講習2.5日、2泊、2夕食、2朝食	突然上達!「ポジションが全てを変える」	
3期	12月19日(月)PM～12月23日(金)AM	上級A・B・C	ミスターX	48,500	講習2.5日、2泊、2夕食、2朝食	突然上達!「ポジションが全てを変える」	
	32,500			講習2日、1泊、1夕食、1朝食			
	12月24日(土)AM～12月25日(日)AM	同上	同上	48,500	講習2.5日、2泊、2夕食、2朝食	脱中級を目指そう!	
4期	12月23日(金)PM～12月25日(日)AM	中級A以上	高瀬清久	44,000	講習2日、2泊、2夕食、2朝食	シーズン初めのバランストレーニング	◎
	12月24日(土)AM～12月25日(日)AM			27,500	講習1.5日、1泊、1夕食、1朝食		
5期	12月19日(月)PM～12月23日(金)AM	中級A以上	春野貞和	64,500	講習4日、4泊、4夕食、4朝食	シーズン初めのバランストレーニング	◎
	1月3日(火)PM～1月6日(金)AM			同上	同上		
6期	1月7日(土)AM～1月9日(月)PM	上級A・B・C	野田隆弘	52,800	講習3日、2泊、2夕食、2朝食	ポジション激変「テレマーク/アルペンスキー複合特訓」※テレマークのレンタルは開講10日前までにご予約ください。 ◆馬場のカット①:スキーを縦に向けるタイミング(下欄参照) 雪面状況への対応力アップ! 突然上達!「ポジションが全てを変える」	
		上級A・B・C	馬場猛	52,800			
		中級A以上	杉山公信	52,800			
		中級A	ミスターX	52,800			
7期	1月27日(金)PM～1月29日(日)PM	中級B以上	右ページ参照	48,500	講習2.5日、2泊、2夕食、2朝食	下表参照	◎
	1月28日(土)AM～1月29日(日)PM			32,500	講習2日、1泊、1夕食、1朝食		
8期	1月30日(月)PM～2月2日(木)PM	中級A以上	塚脇誠	69,000	講習3.5日、3泊、3夕食、3朝食	ピンポイント技能向上	◎
	2月17日(金)PM～2月19日(日)PM			48,500	講習2.5日、2泊、2夕食、2朝食		
9期	2月17日(金)PM～2月19日(日)PM	上級A・B・C	ミスターX	48,500	講習2.5日、2泊、2夕食、2朝食	突然上達!「ポジションが全てを変える」	
	2月18日(土)AM～2月19日(日)PM			32,500	講習2日、1泊、1夕食、1朝食		
	同上	同上	同上	48,500	講習2.5日、2泊、2夕食、2朝食	◆馬場のカット②:トップで当ててテールで叩く(下欄参照)	◎
	同上	同上	同上	32,500	講習2日、1泊、1夕食、1朝食		
10期	3月3日(金)PM～3月5日(日)PM	中級A以上	宮崎裕佳	48,500	講習2.5日、2泊、2夕食、2朝食	◆宮崎のカット①:セミゴールド合格シミュレーション(右ページ下欄参照)	
	3月4日(土)AM～3月5日(日)PM			32,500	講習2日、1泊、1夕食、1朝食		
	同上	同上	同上	48,500	講習2.5日、2泊、2夕食、2朝食	◆宮崎のカット②:ゴールド合格シミュレーション(下欄参照) ★シークエンス:びっくりステップアップI(下欄参照)	◎
11期	3月17日(金)PM～3月19日(日)PM	上級A・B・C	ミスターX	48,500	講習2.5日、2泊、2夕食、2朝食	突然上達!「ポジションが全てを変える」	
	3月18日(土)AM～3月19日(日)PM			32,500	講習2日、1泊、1夕食、1朝食		
	同上	同上	同上	48,500	講習2.5日、2泊、2夕食、2朝食	さまざまな斜面を愉しむ中でのテクニック	◎
	同上	同上	同上	32,500	講習2日、1泊、1夕食、1朝食		
12期	3月20日(月)PM～3月24日(金)AM	中級A以上	高瀬清久	80,000	講習4日、4泊、4夕食、4朝食	さまざまな斜面を愉しむ中でのテクニック	◎
	同上	中級A・B	野田隆弘	80,000		欠点克服「テレマーク/アルペンスキー複合レッスン」※テレマークのレンタルは開講10日前までにご予約ください。	
13期	4月1日(土)AM～4月2日(日)PM	中級A・B	塚脇誠	32,500	講習2日、1泊、1夕食、1朝食	オーストリア式シチュエーションスキーイング(スプリングバージョン)	
	同上	中級A・B	三上信二	32,500		★シークエンス:びっくりステップアップIII(下欄参照)	
14期	4月7日(金)PM～4月9日(日)PM	中級B以上	右表参照	46,500	講習2.5日、2泊、2夕食、2朝食	下表参照	
	4月8日(土)AM～4月9日(日)PM			31,500	講習2日、1泊、1夕食、1朝食		
15期	4月14日(金)PM～4月16日(日)PM	中級B以上	右表参照	46,500	講習2.5日、2泊、2夕食、2朝食	下表参照	
	4月15日(土)AM～4月16日(日)PM			31,500	講習2日、1泊、1夕食、1朝食		
16期	4月21日(金)PM～4月23日(日)PM	中級B以上	右表参照	46,500	講習2.5日、2泊、2夕食、2朝食	下表参照	
	4月22日(土)AM～4月23日(日)PM			31,500	講習2日、1泊、1夕食、1朝食		
17期	4月29日(土)AM～4月30日(日)PM	上級A・B・C	長谷川勝彦	37,500	講習2日、1泊、1夕食、1朝食	SIAトップデモ(ジャムプロスキースクール校長)によるスペシャルレッスン	
18期	4月29日(土)AM～5月1日(月)PM	上級A・B・C	森川敬介	47,800	講習3日、2泊、2夕食、2朝食	斜度に応じた切換えの質向上	
	4月29日(土)AM～4月30日(日)PM			29,500	講習2日、1泊、1夕食、1朝食		
	同上	同上	同上	47,800	講習3日、2泊、2夕食、2朝食	オーストリア式シチュエーションスキーイング(スプリングバージョン)	
	同上	同上	同上	29,500	講習2日、1泊、1夕食、1朝食		
TA鍵1期	5月3日(水)AM～5月5日(金)PM	上級A・B・C	鍵周作	47,800	講習3日、2泊、2夕食、2朝食	ショートターンを中心にさまざまなラインどり	
19期	5月3日(水)AM～5月5日(金)PM	上級A・B・C	野田隆弘	47,800	講習3日、2泊、2夕食、2朝食	総仕上げ&来期の課題	
	同上	中級A以上	塚脇誠	47,800		オーストリア式テクニカル(技能向上)プログラム	
20期	5月6日(土)AM～5月7日(日)PM	上級A・B・C	塚脇誠	29,500	講習2日、1泊、1夕食、1朝食	オーストリア式シチュエーションスキーイング(スプリングバージョン)	

※テレマーク複合特訓のテレマークレンタルが必要な方は、必ず開講日の10日前までにご予約をお願いいたします。直前でのご予約はレンタルのご用意ができませんのでご了承ください。(板・ブーツのセット/5,500円現地払い)

▼上の一覧表と合わせてご覧ください。

★シークエンス/各担当教師がテーマごとに順序立て、継続的なスキルアップとイメージの定着に繋がるレッスンをを行います。2回以上受講いただくのが効果的ですが、1会期のみのご参加も可能です。

三上信二『びっくりステップアップ』	
I(10期):基本姿勢	
II(11期):上体の補助動作	
III(13期):IとIIのおさらい&技術お悩み相談	
IV(18期):湿雪をスムーズに	

◆カット/一つの内容や種目を切り取った集中的なレッスンにより、技術力強化を目指します。1会期のみのご参加も可能です。レッスン内容は左ページの表をご覧ください。

馬場猛	馬場流コブ斜面の楽しみ方	6期・9期
宮崎裕佳	セミゴールド/ゴールド受検対策シミュレーション	9期・10期

●7期・14期～16期の申込資格と担当教師

会期	申込資格	担当教師	内容
7期	上級A・B	野田隆弘	オールラウンド
	上級A・B・C	春野貞和	不整地(コブ・深雪)
	中級A・上級C	ミスターX	オールラウンド
	中級A・上級C	宮崎裕佳	不整地(コブ・深雪)
	中級A・B	馬場猛	オールラウンド
14期	中級B	塚脇幸子	オールラウンド
14期	上級A・B	塚脇誠	オールラウンド
	上級A・B・C	中路信雄	オールラウンド
	上級B・C	宮崎裕佳	コブ克服チャレンジ ※1
	上級B・C	馬場猛	コブ克服じっくり ※2
	中級A・B	春野貞和	コブ克服じっくり ※2
中級A・B	塚脇幸子	オールラウンド	

会期	申込資格	担当教師	内容
15期	上級A・B	三上信二	オールラウンド
	上級A・B・C	ミスターX	オールラウンド
	上級B・C	中路信雄	コブ克服チャレンジ ※1
	上級B・C	森川敬介	コブ克服じっくり ※2
	中級A・B	宮崎裕佳	コブ克服じっくり ※2
16期	中級A・B	野田隆弘	オールラウンド
16期	上級A・B	杉山公信	オールラウンド
	上級B・C	野田隆弘	コブ克服チャレンジ ※1
	上級B・C	春野貞和	コブ克服じっくり ※2
	上級A・B・C	森川敬介	オールラウンド
	中級A・B	馬場猛	コブ克服じっくり ※2
中級A・B	三上信二	オールラウンド	

※1 チャレンジ=連続したコブを滑り込みたい方のためのクラス。状況に応じて縦のラインどりにも挑戦します。
 ※2 じっくり=ペンディング動作やコブ形状の見極め等、コブの基本を学びたい方のためのクラス。

コース共通のご案内

- お願い このコースは、ご自身の技術レベルに合ったクラスを自己申告で決めていただくため、入校経験のある方を対象にしています。ご自身の技術レベルと異なるクラスへのお申込みはお受けできませんのでご了承ください。ご自身の技術レベルはマイページにてご確認ください。マイページをお持ちでなく技術レベルがご不明な方はスキースクールへお問合せください。
- 指定宿舎 このコースは指定宿舎にご宿泊のみのお取扱いとなります。