

# Telemark ski

## テレマーク

日本テレマーク協会公認校

中学生  
以上

レンタル  
有り

奥志賀

※テレマークが初めての方は、アルペンスキーでシュテム以上の技術のある方とさせていただきます。

※会期によって申込資格が異なります。

【会場】奥志賀高原、他

【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・アウトトイレ）

【最少催行人員】各期2名

【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（宿舎スキーロッカー）9:30

※レンタル利用の方は、事前に受付・更衣を済ませて開講30分前にスキーロッカーへご集合ください。

※各ツアーは別途各現地にて。

【閉講時間】最終日（雪上）15:30

※各ツアーは別途各現地にて。

【募集定員】各期10名（2期のみ15名）

ヒールフリーのテレマークスキーは、色々な斜面や雪質を楽しむスノースポーツの原点ともいえるスキーです。スキー経験や目的に合わせてご参加いただけます。

### テレマークコース

ヒールフリーのテレマーク用具を使い、経験別にクラス分けを行います。初級者は、連続して回転できるよう滑走技術を、上級者は、あらゆる斜面や雪質にも対応できるよう運動を洗練させて、安全で自在な技術の習得を目指します。また、テレマーク経験の浅い方にも、オフピステの滑走を体験していただきます。長いシーズン、パウダーが楽しめる、奥志賀ならではのコースです。スノースポーツの原点にふれ、雪を堪能してください。

【担当】山本直樹（TA）公認指導員、藤沢正孝、渋澤晴文、角田雄二、他

### 山田誠司とパウダー

山田氏を講師にパウダー三昧。中級以上の方対象の1クラスです。ピステ講習とバックカントリーで2日間たっぷり滑りましょう。 ※シール必携

山田クラスは日曜日午後アルペンスキーの時間を予定。お持ちの方はアルペンスキー用具もご持参ください。

【会期】2期 【担当】山田誠司（中級以上）、山本直樹、他（初級・初心者）

### ●テレマークスキー技術レベル

初心者	アルペンスキーでシュテム以上の技術のある方で、テレマークスキーを全く初めて経験する方
中級者	いろいろな雪質で緩～中斜面をテレマークターンで滑れる方

### 各ツアー

2回の竜王ツアーは、どちらも奥志賀からハイクアップや林道歩きで奥志賀まで戻ってくるツアーです。各期、滑走の場所や斜面は異なるコースを利用します。笠岳エリアツアーは、ツアーが初めての方に安心してご参加いただける行程です。渋峠エリアツアーは、天候や積雪状況が良好な場合、芳ヶ平や山田峠へも足を延ばすやや長距離の、体力がある方向きのツアーです。スノースポーツ体験コースのご案内もご覧ください。

中級  
以上

### その他のご案内

- オフピステツアー 中級以上の方は、新雪、深雪、湿雪、ザラメ、悪雪、クラスト、あらゆる状況に対応できるテレマークカーを目指して、全会期なるべくオフピステツアーを行います。シールをお持ちの方はご持参ください。天候により内容の変更もあります。
- レンタル ご希望の方は事前にサイズ（身長・足）をお知らせの上、ご予約ください。（セットで2日間で5,940円、3日間で8,910円）なお、ブーツレンタルの方で、アルペンスキーのインナーブーツをお持ちの方はご持参ください。また初心者の方もレンタルは有料です。
- 服装 持ち物等、ご不明な点がございましたらお気軽にお問合せください。

会期	日程	申込資格	会費	会費内訳	備考	備考	◎
1期	1月7日（土）AM～1月9日（月）PM	初心者～上級者	46,800	講習3日、2泊、2夕食、2朝食	基礎～パウダーまで	10	
2期	1月28日（土）AM～1月29日（日）PM	初心者～上級者	30,500	講習2日、1泊、1夕食、1朝食	中級者以上は担当：山田誠司	15	◎
3期	2月11日（土）AM～2月12日（日）PM	初心者～上級者	28,500	講習2日、1泊、1夕食、1朝食	経験者はパウダーレッスン	10	◎
4期	2月25日（土）AM～2月26日（日）PM	初心者～上級者	28,500	講習2日、1泊、1夕食、1朝食	経験者はパウダーレッスン	10	◎
5期	3月4日（土）AM～3月5日（日）PM	初心者～上級者	28,500	講習2日、1泊、1夕食、1朝食	経験者はパウダーレッスン	10	◎
6期	3月18日（土）AM～3月19日（日）PM	初心者～上級者	28,500	講習2日、1泊、1夕食、1朝食	アウトドアランチ	10	◎
7期	4月8日（土）AM～4月9日（日）PM	中級以上	27,500	講習2日、1泊、1夕食、1朝食	オフピステへ	10	
8期	4月29日（土）AM～4月30日（日）PM	中級以上	25,500	講習2日、1泊、1夕食、1朝食	春雪を楽しむ	10	

◎があるコースはリフト券バック対象コースです（別途料金）。詳細は8ページをご確認ください。

### 各ツアー

※スノースポーツ体験と合同でのツアーです。インターネットでお申込みの際は、「スノースポーツ体験」からお申込みください。テレマークでご参加の方の申込み資格は中級以上となります。

コース	日程	担当教師	申込資格	会費	会費内訳	定員
竜王ツアー1期	3月11日（土）	山本直樹	中級以上	8,500	講習1日	10
笠岳エリアツアー1期	3月12日（日）	渋澤晴文	中級以上	8,500	講習1日	10
竜王ツアー2期	4月1日（土）	渋澤晴文	中級以上	8,500	講習1日	10
渋峠エリアツアー1期	4月2日（日）	渋澤晴文	中級以上	8,500	講習1日	10