

OKUSHIGA Special

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・アウトトイレ)
【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。
【閉講時間】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。

お申込みはこちら

ホームページからのお申込み <https://sugiyama-travel.com/>

お電話からのお申込み 03-3562-5988

- 上級A 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 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
I.T.シルバー取得程度
技術的には中級Aだが体力に自信がない方
- 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の生じる場合があります。上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。



【募集定員】各教師1名につき7名(1期と6期の塚脇誠クラスは9名、TA鍵は9名)
【最少催行人員】各教師1名につき2名、TA鍵は5名

会期	日程	申込資格	担当教師	会費	会費内訳	内容	
1期	12月10日(金)PM～12月12日(日)PM	上級A・B・C	野田隆弘	46,000	講習2.5日、2泊、2夕食、2朝食	★シークエンス:テクニカルスキルアップⅠ(下表参照)	
	30,500						
	12月11日(土)AM～12月12日(日)PM	中級A以上	塚脇誠	46,000	講習2.5日、2泊、2夕食、2朝食	コンディショニングトレーニング雪上編A「股関節の使い方&エッジングの切り換え&回旋編」	
同上	30,500						
2期	12月17日(金)PM～12月19日(日)PM	上級A・B・C	ミスターX	46,000	講習2.5日、2泊、2夕食、2朝食	突然上達!すべての道は基本から!	
	12月18日(土)AM～12月19日(日)PM			30,500			
	同上	中級A以上	三上信二	46,000	講習2.5日、2泊、2夕食、2朝食	基本姿勢(悪雪対応のコツ)	
	同上			30,500			
同上	中級A以上	高瀬清久	46,000	講習2.5日、2泊、2夕食、2朝食	バランスコントロールと脚部の運動①		
同上			30,500				
3期	12月20日(月)PM～12月24日(金)PM	中級A以上	高瀬清久	79,000	講習4.5日、4泊、4夕食、4朝食	バランスコントロールと脚部の運動②	
TA鍵1期	12月31日(金)AM～1月2日(日)PM	中級A以上	鍵周作	49,800	講習3日、2泊、2夕食、2朝食	ポジションングと雪質や斜面状況の見極め	
4期	1月3日(月)PM～1月6日(木)AM	中級A以上	春野貞和	61,500	講習3日、3泊、3夕食、3朝食	バランスアップ(適切な外向傾・内傾角度)	
	1月3日(月)PM～1月5日(水)PM			46,000			
5期	1月7日(金)PM～1月10日(月)PM	上級A・B・C	野田隆弘	66,000	講習3.5日、3泊、3夕食、3朝食	★シークエンス:テクニカルスキルアップⅡ(下表参照)	
	1月8日(土)AM～1月10日(月)PM			49,800			
	同上	上級A・B・C	ミスターX	66,000	講習3.5日、3泊、3夕食、3朝食	突然上達!すべての道は基本から!	
	同上			49,800			
同上	中級A以上	杉山公信	66,000	講習3.5日、3泊、3夕食、3朝食	状況に応じたポジションング		
同上			49,800				
6期	1月21日(金)PM～1月23日(日)PM	上級A・B・C	野田隆弘	46,000	講習2.5日、2泊、2夕食、2朝食	★シークエンス:テクニカルスキルアップⅢ(下表参照)	
	1月22日(土)AM～1月23日(日)PM			30,500			
	同上	中級A以上	塚脇幸子	46,000	講習2.5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	
同上	30,500						
7期	1月28日(金)PM～1月30日(日)PM	上級A・B・C	野田隆弘	46,000	講習2.5日、2泊、2夕食、2朝食	★シークエンス:テクニカルスキルアップⅣ(下表参照)	
				1月29日(土)AM～1月30日(日)PM			30,500
				同上			30,500
8期	2月11日(金)AM～2月13日(日)PM	上級A・B・C	野田隆弘	49,800	講習3日、2泊、2夕食、2朝食	アルペンスキーを洗練させるテレマーク複合特訓①	
		上級C、中級A	宮崎裕佳	49,800			
		中級A・B	ミスターX	49,800			
9期	2月19日(土)AM～2月21日(月)AM	中級A以上	塚脇誠	46,000	講習2.5日、2泊、2夕食、2朝食	ピンポイント技能向上	
				2月19日(土)AM～2月20日(日)PM			30,500
10期	2月25日(金)PM～2月27日(日)PM	上級C、中級A	宮崎裕佳	46,000	講習2.5日、2泊、2夕食、2朝食	★シークエンス:上級者への道Ⅱ(下表参照)	
				2月26日(土)AM～2月27日(日)PM			30,500
11期	3月4日(金)PM～3月6日(日)PM	上級C、中級A	宮崎裕佳	46,000	講習2.5日、2泊、2夕食、2朝食	★シークエンス:上級者への道Ⅲ(下表参照)	
				3月5日(土)AM～3月6日(日)PM			30,500
12期	3月14日(月)AM～3月18日(金)PM	中級A以上	塚脇誠	83,000	講習5日、4泊、4夕食、4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)	
13期	3月19日(土)AM～3月21日(月)PM	上級A・B・C	ミスターX	49,800	講習3日、2泊、2夕食、2朝食	突然上達!すべての道は基本から! アルペンスキーを洗練させるテレマーク複合特訓② ★シークエンス:上級者への道Ⅳ(下表参照) シチュエーションスキー/様々な斜面を愉しむ①	
		上級A・B・C	野田隆弘	49,800			
		上級C、中級A	宮崎裕佳	49,800			
		中級A以上	高瀬清久	49,800			
14期	3月22日(火)PM～3月25日(金)PM	中級A以上	高瀬清久	66,000	講習3.5日、3泊、3夕食、3朝食	シチュエーションスキー/様々な斜面を愉しむ②	
15期	4月8日(金)PM～4月10日(日)PM	中級B以上	下表参照	44,000	講習2.5日、2泊、2夕食、2朝食	下表参照	
	4月9日(土)AM～4月10日(日)PM			29,500			
16期	4月15日(金)PM～4月17日(日)PM	中級B以上	下表参照	44,000	講習2.5日、2泊、2夕食、2朝食	下表参照	
	4月16日(土)AM～4月17日(日)PM			29,500			
17期	4月22日(金)PM～4月24日(日)PM	中級B以上	下表参照	44,000	講習2.5日、2泊、2夕食、2朝食	下表参照	
	4月23日(土)AM～4月24日(日)PM			29,500			
18期	4月29日(金)AM～5月2日(月)PM	上級A・B・C	三上信二	66,000	講習4日、3泊、3夕食、3朝食	今期のおさらい&来期への課題	
				4月29日(金)AM～5月1日(日)PM			47,800
	同上	中級A以上	馬場猛	66,000	講習4日、3泊、3夕食、3朝食	コブ斜面/縦にも滑る	
				47,800			
TA鍵2期	5月3日(火)AM～5月5日(木)AM	上級A・B・C	鍵周作	44,000	講習2.5日、2泊、2夕食、2朝食	ショートターンを中心とした様々なラインどり	

◎があるコースはリフト券バック対象コースです(料金別途)。

▼上表の会期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。

野田隆弘『テクニカルスキルアップ上級A・B向き』	宮崎裕佳『上級者への道』
I(1期):基本姿勢	I(8期):基本姿勢
II(5期):着眼点	II(10期):切り換えの洗練①
III(6期):洗練	III(11期):切り換えの洗練②
IV(7期):応用	IV(13期):両脚シルエット改善

●15期～17期の申込資格と担当教師

会期	申込資格	担当教師	内容
15期	上級A・B	塚脇誠	オールラウンド
	上級A・B・C	春野貞和	オールラウンド
	上級C	馬場猛	コブ克服チャレンジ※1
	上級C	宮崎裕佳	コブ克服じっくり※2
	中級A以上	中路信雄	コブ克服じっくり※2
16期	中級A・B	塚脇幸子	オールラウンド
	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C	宮崎裕佳	コブ克服チャレンジ※1
	上級C	中路信雄	コブ克服じっくり※2
17期	中級A以上	森川敬介	オールラウンド
	中級A・B	野田隆弘	コブ克服じっくり※2
	上級A・B・C	野田隆弘	オールラウンド
	上級C	杉山公信	コブ克服チャレンジ※1
	上級C	馬場猛	コブ克服じっくり※2
17期	中級A以上	春野貞和	オールラウンド
	中級A・B	三上信二	コブ克服じっくり※2
	中級A・B	森川敬介	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お申込みされる際には、事前にスキースクールへご確認いただくことをおすすめいたします。**お客様の技術レベルと異なるクラス、とくに技術レベルが2段階以上異なるクラスへのお申込みはお断りする場合がございます。(例:上級C以上の方の中級Bクラスへのお申込み)
- 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。