

旭川カムイリンクススキー場で、1/31(土)・2/1(日)にスキーフェスティバルがあり、羊ヶ丘スラロームから奈良夫妻、野尻、松田、浅井、老岐、鶴野(敬称略)私の8人が参加しました。今年は全道から73人(日帰りを含む)が集まり、千葉スキー協からの3人も加わって76人が参加しました。コースは10種類に分かれていて、それぞれが希望のコースを選んで楽しみました。

私は富美子さんと一緒に山スキーコースを選び、男性5人(最高齢76歳、石塚さんは不明)と女性5人(最高齢75歳)の10人で深川市音江山を約3時間歩いて登り、約2時間で滑り降りました。当日は曇り時々雪で最高気温マイナス2℃、雪質もフワフワだったのでとても滑りやすく、昨年より転倒も少なかったです。音江山スキーは私達以外はインバウンドで、ピークでは富美子さんがカナダチームに声をかけて記念写真を撮り合いました。下山後はゆっくりお風呂に入って夕食交流会を楽しみました。

翌日は林間コース(最高齢81歳)に加わり、実力派リーダーの指示の元でマルチな林間のコースを楽しみました。私は前日の疲れもあってヘトヘトになり、コース外の雪穴にハマって81歳から75歳の男性陣に救出して貰いました。トホホッ。

閉会式後は羊ヶ丘スラロームの集合写真を撮る前にさつさと帰礼してしまつたので、今回は音江山の写真を掲載します。(参加者8人)

モイワ半日例会に参加して

戸坂綾子

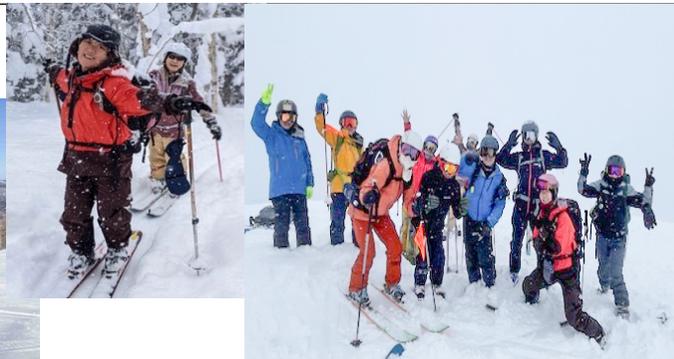
2年ぶりで、ワクワクドキドキの心境でした。が、スキーをつけてみると案外しつかり雪を踏んでリフトに乗ることができてほっとしました。靴の前ペロにのって、とか、大きく縦にターンしてとの指導なども入り、ゆったりと滑られるようになりました。すごく楽しかったです。南斜面いいねー！(参加者8人)



羊ヶ丘スラローム

ニュース 2026年3月1日発行

3月例会は8日(日) ティネ例会、20日(金) 国際例会です



まあぶ例会色々 伊藤志保子

2月20日、21日、1泊2日のお泊り例会でした。参加者は10名、残念ながら発熱で2名が参加できませんでした。

1日目は真っ青な青空の中、ゴンドラ組とリフト組に分かれて滑走、でも全員がゴンドラにのって頂上からの滑りを楽しみました。周囲に見える山々が美しい！暑寒別岳、旭岳、遠く十勝連邦も望めました。

さてお楽しみの夕食会は男子棟に集まって鍋を囲みました。例年人数分では多すぎるとのことので7人分だけ注文、そしておむすびだけを会費から購入という賢い選択でした。ニシン漬けを始め、つまみの差し入れもあり満足、話題はスキー技術にフォーカスされ盛り上がります。

“伸展加圧”(骨盤を立てることで可能な動作)、久々参加の戸坂さんから「確かに腰を伸ばしたら楽になった」「斜滑降から次のターンに向けて一歩の足が出るようになった」また田宮さんは「技術は何も変わっていない、言い回しが色々変わっているだけ」技術部長のせい子さん、影の技術部長の孝一さんからもたくさんさんの指導があり、翌日の滑走で各自確かめることになりました。

翌日はまた2班に分かれて12時まで滑走、流れ解散となりました。和栄幹事様からは翌日詳細な会計報告もあり素晴らしい！足腰も弱りスキーは終わりかと思っていたメンバ―も「やっぱりもう少し滑ってみよう」と思わせる楽しい例会でした。(参加者10名)