

2023~2024

初・中・上級指導員検定会 総評

野瀬孝主任検定員

— 2/17 18 北長沼スキー場で検定会が開催されました。終了後
実技について、野瀬孝主任検定員が総評されました—
ホストアップ No.174 に引き続き報告いたします

《総合滑走》

午後から応用種目のコンビネーション、ロングターン、ショートターン、不整地小回りを行いました。コンビネーションに関して僕が一番印象的だったのは、表現が不適切かもしれませんが、皆さん小回りが下手過ぎる、ということです。大回りほど点が出せない。小回りになった途端に谷回りがなくなってしまう。テールを振っているだけの小回り。コンビネーションに関してもそうですが、最初の出だしで大回りで入ってきて、「ああ、いいな。」と思ったのですが、そこからギルランデで小回りを入れた瞬間に「ああ、点数を出せない。」という滑りが多かった、という印象です。

《ショートターン》

小回りショートターンは、どうしても急いでしまう傾向があって、谷回りが無い小回りをしてしまうと、どうしても点数は付けにくいと思います。ショートターンに関して、最初はそれなりに斜度があって

後半はだらだらと緩斜面が続いてゴールというコースだったと思うのですが、谷回りがなく山回りで減速する動きの小回りをされている方は、後半の緩斜面になった途端に板がもう前に進んでいかない、止ってしまう。スピードをゴールまで続けられないという方が結構多く、谷回りをしっかりと理解されると、急斜面のショートターン、緩斜面のショートターンという使い分けがしっかりとできていくのではないかと思います。

《ロングターン》

ロングターンの特に谷回りの局面でしっかりと体が前に出ていけない、トップから板がターンに入っていけない方がちらほらいたと思います。体がずっと遅れたまま次のターンに入っていくという方がおられました。斜面状況もアイスバーンではなかったですが結構板が走るゲレンデ状況で、そこでスピードに負けていると前に出ていけない。もっとトレーニングしていただきたいと思います。

《不整地小回り》

コブの中で、どうしてもコブに対してスピードを止めに行っているという方はなかなか点数が出ない。コブに滑らされている、ターンさせられている滑りではなくて、自分からコブを乗り越えていくポジションに入れていたかどうかということが大事です。コブにターンさせられないように、自分からターンを仕掛けていけるポジションに入れると、一気に点が上がっていくのではないかと思います。

《指導法実技》

特に初級検定の方はなかなか人の前に立って話をするという機会がないと思いますので、その辺がどうしても話がぎくしゃくしたり、事前に準備した原稿で覚えている言葉を話してしまう状況なのかな

と思います。その辺に関しては、特に慣れも必要になってくると思いますので、経験を積んでいただきたいと思います。

僕が思う指導員像ですが、特に生徒さんから嫌われるタイプの指導員（笑）は語弊があるかもしれないですけど、とにかく話が長過ぎて全然滑らせてくれない人。生徒から見ても「話は充分聞いたから早く行かせて。」と思ってしまいます。やっぱり端的にこれからの滑りを説明して、ここに気をつけて滑ってくださいというところでポイントを沢山言われてしまうと、生徒としては何を？？というような指導法になってしまうと思いますので、注意していただきたいと思います。

中級上級は、初級を持っている方々ですので、普段の経験に沿って行っていただきたい。特に上級検定になってくると、普段の講習をそのまま表現するレベルになっていただきたいと思います。原稿を読んでいるというよりも、自分の言葉でこの教程を説明していけるようなレベルで指導法実技に臨んでいただけると、こちらも議論することなく良い講習だということになると思います。その辺も今後の糧にしてくださいと思います。

総括は以上となります。

2024～2025 指導員登録

・指導員登録者名簿（スキー様式 11 号）

・指導員登録 3,500 円

全国登録 2,000 円 シー・ハイル 600 円 通信郵送 900 円（同一世帯の場合、資格取得年月日の新しい方は 0 円）

上記をクラブでまとめて報告・納入して下さい。8/31 日締め切り

登録名簿は三浦学まで e メールアドレス EZV06512@nifty.ne.jp

振込先・株式会社ゆうちょ銀行 記号 19060 番号 29649131

ホッカイドウキンロウシャスキーキョウギカイキョウイクブ

2024 雪技塾・陸上トレーニング

スキーのレベルアップには陸上トレーニングがとても重要です。陸上での動きの癖は、良くも悪くも全てがスキーの技術に反映されますので、イメージトレーニングを含め、陸上からスキーの技術を見直しましょう！

【開催日】 札幌会場日程

【札幌市南区真駒内公園・屋外競技場前広場】

6/29(土)・8/31(土)・9/14(土)・*10/5(土)・*10/26(土)

倶知安会場日程

【倶知安町旭ヶ丘総合公園・旭ヶ丘スキー場】

7/6(土)・*9/7(土)・*9/28(土)・*10/19(土)・*11/2(土)

②*印はブーツ&ストックを使用したイメージトレーニングを予定しています

【時間】 2会場共通 AM 9:00 ～ PM 11:30

【内容】基礎体力作りの他に、スキーの動きに繋がるトレーニングを行います。

【対象年齢】小学生高学年以上 #個々の体力に合わせてトレーニング強度を設定します。

【参加費】一般 ¥1,000／1回 小中高校生 ¥500／1回

*悪天候が予想され中止する場合は、前日の午後6時までにお申し込みをされました皆様のメールに、中止のご連絡を致します。(特に連絡が無い場合は開催致します)

*トレーニングシューズ・ウェア等の動きやすい服装でお越しください。

*9月以降のトレーニングではストックやスキーブーツを使って、イメージトレーニングを行う事がありますのでご確認下さい

【お申し込み先】 雪技塾 古川昇 e-mail:setsugijyuku@gmail.com