

明けまして おめでとうございます

シーズン真っただ中、皆様 ご活躍のことと思います。
楽しい活動で仲間を増やしましょう。今年も宜しくお願ひ致します

札幌 技術部会(理論・基礎技術)

12月6日~7日 札幌国際スキー場

志賀高原熊の湯で行われた秋の全国技術部会参加の五十嵐技術部員、藤井デモ、宮腰デモを中心に2025~26シーズンテーマ「真下への横滑り左右連続から谷回りターン技術への展開」～股関節の3つの役割～について、初步のパラレル、ベーシックパラレル、洗練のパラレルⅠの種目を行なながら、伸展加圧、4関節の平行移動、迎え角について繰り返し研修しました。その内容は次週の札幌での研修会への伝達となりました。上級3名、中級2名、デモ2名の参加でした。

札幌 初・中・上級指導員研修会(基礎技術)

12月13日~14日 札幌国際スキー場 参加指導員48名

講師 五十嵐佳葉氏 佐藤久輝氏 藤井隆幸氏 宮腰大氏 三浦裕子氏

「私には伸びしろしかない！」

— 久し振りの指導員研修会で リスタート —

前回参加して6、7年経過してたでしょうか。一昨年久しぶりにホコリまみれのスキー道具を引っ張り出し近場の萩の山へ、リフトから

降りた瞬間足がすくみ恐怖を覚えた。ん?ん?ターンってどうするんだっけ? 初めての感覚だった。その瞬間から少しづつ精神的技術的リハビリが始まりました

この研修会もその一環でマイナスからのスタートとの思いで参加しました。宮越班でした。遠い昔、カムイリンクスのフェスティバルで中学生くらいだったでしょうか、同じグループだった宮越少年を思い出しました。上手で明るい子と記憶しています。あの少年がなんと立派になられて、講師として目の前に堂々と立っている。親戚のおばちゃんの気分でした。講義も技術も頼もしい限りでスキー協としても貴重な金の卵的な存在ではないでしょうか。

さて、受講生としては残念な結果でしたが緊張感をもって学んだ貴重な経験でした。聞き馴染みのない伸展、屈曲加圧なんのこっちゃ? 向い角なんぞや。身軽な先生はいとも簡単に滑るので同じことができそうな気になるのですが、向い角甘い、後傾、ローテーション、外足は甘い、いつかはできる日が来ることでしょう。私には伸びしろしかないと思った研修でした。ここを底辺からのリスタートとし無理なく楽しいスキーをクラブで活動していきます。

江別フリーダム 三宮敬子

「道スキー協 教育部員として参加しました」

— 指導員研修会 運営する側で大活躍 —

12月13~14日の札幌指導員研修会に、今年は初の教育部員として運営側で参加しました。準備を通じてこれまで当たり前と思っていた行事が役員の方々の多大な尽力に支えられていたことを痛感し、改めて感謝と運営する側の責任を感じました。

講習では「伸展加圧・スキーの3関節の平行移動・迎え角」をテーマに練習。日頃の運動不足を実感しましたが、講師の方々の熱心な指導や、参加者の真剣な姿勢に、準備の苦労も報われる思いでした。

今回学んだ理論を雪上で体現できるよう、まずは体力を整え練習に励みたいと思います。今シーズンも道スキー協の各講習会や行事に参加し、仲間と楽しみながら上達を目指していきたいと思います。

スカディ 道スキー協教育部 長谷川尚子

☆ これからの予定 ☆

2025 初・中・上級指導員養成

1月11～12日 萩の山スキー場

講師 野瀬 孝氏 五十嵐佳葉氏

検定には 初級 3名、中級 3名、上級 2名が挑戦ます！

初・中・上級指導員 検定会

2月14日(土)～15日(日) 北長沼スキー場

レベルアップ練習会② (大回り)

1月 18日(日) サッポロティネスキー場

講師：三浦 学氏 三浦裕子氏 申込 1/4 まで 教育部 三浦学

不整地・急斜面

1/18 (日) 講師：横塚良雄氏 南富良野スキー場 1/4 まで佐藤久輝

不整地・急斜面

1/25(日) 講師：山田洋氏 和寒東山スキー場 申込 1/11 まで羽川

レベルアップ練習会③ (大・中・小回り各種目)

2月 8日(日) 北長沼スキー場

講師：宮腰 大氏 五十嵐佳葉氏 申込 1/25 まで 教育部三浦学

第25回 全国スキー協デモンストレーター選考会

第17回テクニカルコンペ STC 北長沼スキー場

1月24・25日(土・日) 24日は事前講習（必須ではない）

25日 9:15 開会式 14:00 閉会式

検定員 萩原正治氏 岡田章男氏 野瀬 孝氏

- ・スキー技術コンペ（4種目）大回り、小回り、コンビネーション、不整地小回り
- ・デモンストレーター選考会（8種目）初步のパラレルターンⅡ、ベーシックパラレルターン、洗練のパラレルターンⅠ、真下への横滑り左右連続、大回り、小回り、コンビネーション、不整地小回り

参加費

デモ選 8000円 テクニカル 4000円 リフト代 1400円

参加申し込み締め切り

会員 12/27 一般 1/10

申込書に記入し、下記のメールアドレスに添付して下さい

EZV06512@nifty.ne.jp 事務局 三浦学まで

※電話やFAXでの受付はしません

ホストアップのeメール送付について

現在、指導員通信「ホストアップ」は北のシュプール・全国通信と共に紙に印刷しヤマトDM便（81.4円）にて発送しています。

eメール送付化を検討していますが、現段階ではメール環境がない方もいるのでまずはメール送付希望者を募ります。

eメール送付の方は来年の年次登録から通信費を減額する予定です。

希望者はお知らせ下さい 三浦学： EZV06512@nifty.ne.jp