

2022年山スキー基礎講座・山スキー教室 開催へ

## 山スキーへの準備を進めましょう！



鳥海山（5月）



かぐら（1月）



立山（5月）

ゲレンデを離れ、春の山、自然の中でいかにスキーを楽しむ…、シールを使用しての登高、ルートファイディングなど山スキーに必要な基礎的な知識と技術を学びませんか。

シーズン前には、読図、気象・積雪等を学び、安全に、楽しく…、

## 【山スキー基礎講座（机上講習）】

	日程	行事名	内容
①	11/28(日) 9時～17時	山スキー基礎講座（池袋）	組織、読図、気象・積雪

## 【山スキー教室；日程】

	日程	行事名	内容
②	1/22(土)～ 1/23(日)	かぐら峰周辺 （新潟）	入門。ゲレンデで基礎滑降、シール着脱・登高、稜線へ、雪山を楽しむ
③	2/19(土)～ 2/20(日)	湯の丸高原 （長野）	入門。粉雪の高原、樹林滑降など山スキーのエッセンスが豊富
④	3/12(土)～ 3/13(日)	乗鞍高原 （長野）	リフトでトップへ、シール登高2～3時間で肩の小屋へ
⑤	4/29(金)～ 5/2(月)	八甲田山 （青森）	南・北八甲田山。バリエーション豊富な広大な山域を春スキーの決定版。
⑥	5/3(火)～ 5/5(木)	鳥海山 （秋田）	秀麗な山容。積雪の多さと共に最良の山スキーの場を提供しています。
⑦	5/27(金)～ 5/29(日)	立山・剣沢 （富山）	3000m級の雄大な斜面の大滑降。爽快感満点。温泉につかり気分は極楽

※行事ごとに打合せを行います。必ずご出席下さい。

## 【全国スキー協関係行事・研修予定】

1/9-10: スキー協指導員指導員・山スキーリーダー研修・レベルアップ講習・テレマーク講習、新雪・深雪講習会（乗鞍高原・スキー場）

1/9-11: スキーリーダー養成・研修会（乗鞍高原・スキー場）

1/9-11: レベルアップ講習・テレマーク講習、新雪深雪講習会（乗鞍高原・スキー場）

5/3- 4: 山スキー交流会 鳥海山



八甲田山（4月）



乗鞍岳（3月）



鳥海山（5月）

申込・問合せ先：東京都勤労者スキー協議会 山スキー委員会

〒114-0014 東京都北区田端1-24-22 山柿ビル3F TEL・03-5842-1932 FAX 03-5834-8723

E-mail : [info@tokyoskikyo.org](mailto:info@tokyoskikyo.org)