福井県スキー連盟アルペン強化委員会

「オフトレーニング会　１１月」

１　目　　的　　次のシーズンへ向けて、基礎体力・基礎技術を身につける

２　期　　日　　令和８年１１月３日（火）文化の日
９時３０分～１２時００分

３　場　　所　　大野市ふれあい公園　北側駐車場
（雨天の場合）　大野高校　室内練習場・武道場　等
駐車は南側（定時制校舎　横）

４　対　　象　　福井県内アルペン選手・強化指定選手
（小・中・高校・大学生・一般対象）
※ 福井県内、アルペン選手どなたでも参加できます

５　コ ー チ　　アルペン強化委員

６　参 加 費　　無料

７　持 ち 物　　トレーニングシューズ（外ばき）・汗拭きタオル・飲み物・古いストック（ストックワーク、ポールランニング、インラインスケートで使います）・薄い手袋（インラインスケート時の防具として利用）
※ インライン、防具、持っている方はご用意ください

８　内　　容　　（前半）コーディネーショントレーニング・ポールランニング
（後半）インラインスケート

９　申し込み　　不要

１０　保　険　等　　各自の責任において、障害保険等に加入する事
※ 練習会中に発生したいかなる怪我、事故、損害については、本連盟では一切の責任を負いません。また、発生した怪我や事故については、自己の責任で対応するものとします。

１１　そ の　他　　インラインスケート・防具（膝、ヘルメット）大野高校スキー部の道具をお借りすることができます。（数の限りあり）

１２　問合せ先　　阪井　幸人　TEL　090-３２９９-７４４１
Mail　sakachan@angel.ocn.ne.jp