

# 愛知スキー協通信

No.289

発行：新日本スポーツ連盟 愛知スキー協会  
〒460-0011 名古屋市中区大須 1-23-13  
Tel:052-201-4801 (Fax 共)  
e-mail: aichiskikyokai@yahoo.co.jp (月1回発行)  
http://aichiskykyou.yukigesho.com/

2019年 3月 1日



編集クラブ：S.C.直滑降

## 「50周年を起に新教程の真髄を深め・教え合う 仲間の輪を拓けよう」

文責 愛知スキー協 理事長・技術部長兼任 寺田 康男  
(みんなで、一つ上の指導員を目指そうプロジェクトメンバー)

### 他人の獲たものを自分の糧にレベルアップしよう！その第3弾

教え合うは、スキー協の宝です。自分の言葉に置き換えて他人のレベルアップも、自身が成長するのに役立ててしましましょう。言葉で説明があって理解が深まる人と感覚的なアドバイスの方が理解できる人のタイプがあります。後者の方は、レベルアップ等の行事に積極的に参加して技術力を伸ばしてください。通信では、前者の力になればと思い書いています。

### 多くの皆さんに共通する課題です（シリーズ3回目）

踏替えになって同時切替えにならない人は、癖もありますが斜面にたいして垂直に軸をつくる事が怖いのだと思います。前回の「斜滑降ができない」の続きです。踏換えしなくてもよい体軸と腰の位置にないからターンが自然には始まりません。だから踏換えながら強制的に板の向きと軸の傾きを作らないとターンが出来ないので。

怖い の中身の分析は、以下の通です。

- ①スピードがでそうで\_\_\_\_\_
- ②ターンを始める心積もりがつかないから\_\_\_\_\_
- ③切替えが一連の動きでないから\_\_\_\_\_
- ④骨盤の切替えが一瞬で始動できないから\_\_\_\_\_



切替は同時切替えでも、ターンは外脚の踏みのばし伸脚操作になりますから、交互操作です。外脚の位置を動かさずに股関節から骨盤の切替えが一瞬で出来ればよいわけです。

是非議論してください！

1月12日の野麦峠スキー場「東海ブロックレベルアップスキー教室の風景です」

全然他の人もいません。目の前は乗鞍です。雪もいません。

参加者

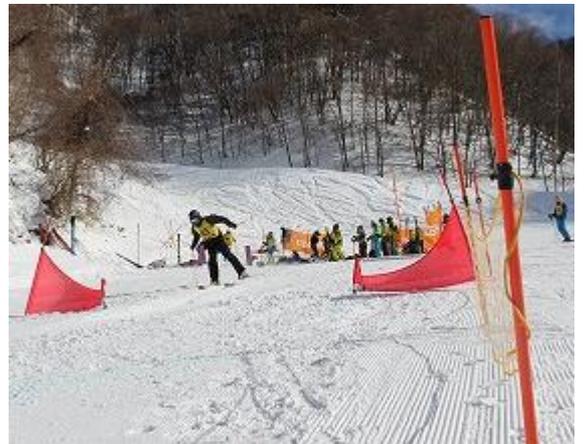
愛知 1名、岐阜 4名、静岡 3名、三重 1名



# フェスティバル競技練習・大会を振り返って

フェスティバル競技練習・大会はいつも大変なので2月・3月の通信に記事を書いたことはありませんでした。今年は特に大変だったので頑張って書きました。

1月12日にやぶはらポール練習会を三宅幸一さんに任せ、寺田理事長と平湯温泉スキー場へ下見に行きました。毎年一人で確認のため行っていますが、今年は雪不足で対応を協議する必要がありました。その後の雪で何とか通常の状態で行うことが出来ました。通常のポールでは根っここの部分が出てしまい安全が確保できない。ネトロンポール（ゴルフクラブをしまうときに使うあれです）にするとか幾つか競技部で対策を立てておきました。その後の雪で何とかできて本当によかった。土曜日の練習・ポール教室では、バス組との時間差や何をすることが分かっていなかったためか、セットに時間がかかり練習時間が短くなりました。昼食はポール組が11時～12時、教室組は11時30分～12時半。午後ポールは12時～で2時で撤収。教室は12時30分～2時半で3時のおもしろ競技会に結集でしたが、ポールはセットに人が来ず時間がかかり、結局大幅延長で澤田はおもしろ競技会への準備の足を引っ張る形になりました。使うはずのドリルが渡せないなど。対応としてしおりに細かく時間設定を明記するようにします。オレンジのゼッケンは見やすく大変よかったとのこと。三重のを含めると200人の実現で、用意は万全です。



大会は1人の再スタートだけで大変スムーズにできました。しかし内実は多くのキャンセルでその対応が十分できず付け焼刃でした。みんなで役員と選手をするスキー協だからできる大会の意義が薄れてしまいました。ボーゲンが出来たら大会へ、大会はどうやっているのだ、裾野を広げる活動になりませんでした。遅くてもいい完走を目指して頑張る。その雰囲気の一部失われてきたのではと思いました。

ベストタイム制、みんなで役員をするからみんなに賞品が出せる、テレマークもボードもある大会ほかにはありません。国体選手あり、幼児ありのすばらしい大会、自信を持って出てほしいと思います。準備から最後の片づけまでみんなでするスキー協ならではの大会、今後も盛り上げてください。

---

## アルペン競技用語解説⑨

今年は雪不足で多くの大会が中止・延期になりました。ワールドカップ等大きな大会は結構中止が多いです。選手の安全第一ですから当日の天候での中止もありますが、事前に中止になっています。公式大会は、全コースポールが立たないと行けません。根っここの動かない部分が確実に雪面の中にあり、可倒する部分だけが雪上に出ている必要があります。公式大会は、規準に合致していないと大会として認められません。標高差が足りないと認められません。なら公認コースとはその規準に合っていると認められているものでスタートやゴールも位置が決まっています。例えば全国スキー協ではGS標高差200m～350m、1本のみなら250m～400mとなっており、旗門数は、標高差の11%～15%となっています。私たちの大会や草大会のようにコースを短くできないのです。今年の雪不足は本当に心配で今後も中止等続くと予想されます。予選会等は延期したりコースを短くしたりして対応しています。今後もいろいろな対応を余儀なくされます。

# 2019 東海ブロック競技会（第2戦）のおしらせ

日 程 2019年3月16日（土）～17日（日）  
場 所 野麦峠スキー場 トレーニングバーン  
種 目 回転競技 大回転競技 ※スキー、スノーボード、テレマークの各部門  
申込締切 2月26日（火） ※締め切り後も受付しますが、電話にてお問い合わせください。  
申込・お問い合わせ 新日本スポーツ連盟 愛知スキー協会  
〒460-0011 名古屋市中区大須 1-23-13  
Tel:052-201-4801 (Fax 共)  
e-mail: aichiskikyokai@yahoo.co.jp  
競技部長 澤田安利 090-2180-8644

## S.C.直滑降 in 野沢温泉（深雪・ぶな合同企画）

日 程 2019年2月8日（金）夜～11日（月・祝）  
場 所 野沢温泉スキー場  
参加者 8名（直滑降） ※全体で22名



2月8日夜発、11日までの2.5泊3日の日程で、野沢温泉スキー場に行ってきました。我が直滑降クラブは宿探しの困難さから、「ぶなの木」「深雪」合同企画に入れてもらって、民宿山水（柄沢グレンデ近く）さんを宿に、スキーと温泉を楽しみました。ただ、当初の参加人数の目標から縮小せざるをえなくなり、取り組みを抑えたものになりました。

になりました。

直滑降クラブからは3年ぶりにスキーをする70代の男性を含め8名の参加、ぶなの木と深雪から14名の総勢22名の参加でした。

グレンデは、金曜日の夜から雪も降ってまあまあの状態。ただ、時間がたつにつれ、中斜面では、氷った固いバーンが所々に出てきたり、ボソボソのかたまりが出てきました。スカイラインもかたいバーンで少し滑りにくかったです。

2日目の日曜日は、午前中、上ノ平から長坂グレンデの中間駅に向かう、湯の峰グレンデや水無グレンデは圧雪されていない広いバーンもあり、30センチぐらいのフカフカ雪を気持ちよく滑ることができました。温泉は地元の人には当たり前の熱さも名古屋の人にはつらかったようです。

3日目は別のスキー場も楽しもうと、車で30分で着く、「よませ・高井富士スキー場」へ移動して滑り、それぞれ名古屋へと帰りました。1時半にスキー場を出発した私たちの車は、渋滞もなく、スムーズに走れました。たっぷり雪と遊んだ3日間でした。

### S.C.直滑降 行事のご案内

さよならグレンデスキー

日 程 2019年3月16日（土）～17日（日）  
集 合 金山総合駅付近 朝7時出発（予定）  
場 所 開田高原マイアスキー場 宿泊はペンション「京こじま」

御岳山を真近に仰ぎ、眼下には雄大な雲海を見る開田高原の奥座敷のシックで落ち着いたワンランク上のペンション。お食事はお座敷のカウンターでゆっくり寛ぎながら、懐石風料理を楽しむことができます。

申込・お問い合わせ 担当：永田 090-8862-7364  
e-mail: aichiskikyokai@yahoo.co.jp



## 2019 フェスタ参加者の感想を紹介します。

(一部抜粋)

- スノーシュー、1 日目は上高地でとても寒かった。時間配分が悪かった。時間が余ったのでもう少し先まで行って欲しかった。2 日目は乗鞍で天気がよく、昼食が暖かい池のほとりで食べることが出来よかった。
- 子どもの教室を（指導員として）担当した。みんな上手になった。素直に言うことを聞くと上達する。
- スクールと競技、とても楽しかった。
- 回で3 回目。1 日目は講習、2 日目はフリーで滑り、楽しかった
- ポール練習で 20 本くらいリフトに乗った。ポールはただ滑るばかりで指導がなかったが、競技は楽しかった。
- 1 日目は楽しめなかった。競技で優勝して褒められうれしくなった。
- 2 日とも山スキー。夫婦松の少し上まで登り、下りは 30~40 cm の深雪を良い感じで滑ることが出来た。2 日目は輝山、岐阜アスペンから 4 人くらい加わって大勢になり楽しかった。
- 2 日ともスキー教室。ゆったり滑れて楽しいスキーでした。
- 1 日目スノーシュー、楽しかった。2 日目ネイチャースキー、新雪をスキーで滑るのが上手く出来なかったが、楽しかった。
- 参加は 3 回目、スノーシューを買いました。とても楽しかった。
- (親子で参加) 1 日目はスノーシュー、2 日目はフリーでスキー。もう 1 人はボード。耳が聞こえないでのその旨指導員に伝えたのでとても親切に教えて貰い上手になった。
- 2 日目のネイチャースキーは暖かい日で楽しかった。
- 今年は直滑降の参加者が 9 名で良かった。1 日目山スキー、久し振りで足が弱っていると感じた。60 cm くらいの新雪を気持ち良く滑れた。2 日目はネイチャースキーに参加。自分の道具はソールにカットがないのでちょっと苦労した。
- 3 回目の参加。1 日目のグレンデスキーで膝を痛めた。上まで行くリフトに乗り上級コースを滑ったら新雪の中で転んだが楽しかった。
- ポールは楽しめた。また来たい。
- 1 日目スノーシュー、念願の河童橋まで行けて良かった。
- スノーシュー、河童橋まで行けて楽しかった。膝を痛めて次の日のネイチャースキーに参加出来なかった。
- 子ども達は教室だったので、フリーで楽しく滑れた。
- (小学生) 1 日目は初級のコースでしたが、2 日目は中級コースを滑ることが出来るようになった。
- (小学生) 前回より上手くなってうれしかった
- (小学生) 1 日目はガスで視界が悪かった。2 日目は良かった
- (小学生) スノーボード、先生が親切で友だちみたいで楽しかった。
- (小学生) 上手になれた。部屋は暖かかった。温泉が気持ち良かった。
- (小学生) 1 日目スクールで教えて貰った。ありがとうございました。
- 1 日目スノーシューのゆっくり組で、上高地名物ウエストーン碑を見ることが出来た。2 日目ネイチャースキー、すごくいいコースで楽しかった。キャンセルがあったのが残念。来年も参加して下さい。

