

愛知スキー協通信 No.307

発行：新日本スポーツ連盟 愛知スキー協会 2020年 9月1日

〒460-0011 名古屋市中区大須 1-23-13 TEL052-201-4801(Fax 共)

e-mail:aichiskikyokai@yahoo.co.jp

http://aichiskykyou.yukigesho.com/



編集：深雪スキークラブ



「あいち技術部会 10月1日木曜日 19:30~20:30

スタートします！」

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)

第1回目のテーマは、「押し開きプルークやらせる意味あると思うの？」です。会議は、Zoom とメールでの参加の両方でやろうと思いますが、どうでしょうか？

その為には、9月30日までに部員登録を自分自身の手で寺田にしてください。

部員登録と同時に20字以内で先ずは、テーマに対してのあなたの一言をください！そこから、愛知スキー協 技術部の活動を始めましょう！指導員資格は不要です！

自動的に部員登録はされません！（パソコンアドレス yasuohiromi@mta.biglobe.ne.jp）

余分な意見は要りません。「ない。てらだ」「やってよかった。てらだ」「やらせたいがうまく、つたわらない。てらだ」位でお願いします。

やってみないと判りませんがメールのやり取りは、上記のように20字以内でも、実践したのか、理解度は、等、かなり多くの情報が読み取れると思います。読み取る力、まとめる力、伝える力、を養う訓練をしましょう！

東海ブロック技術講座

2020年度の案内

今年度は、日帰りで完結出来る様に、1回の時間を長くしました。

- ① 2020年11月1日(日曜日) 8:00~18:00 (江南 なかハウス)
- ② 2020年11月22日(日曜日) 8:00~18:00 (江南 なかハウス)

主催 全国勤労者スキー協議会・東海ブロック協議会

来年の東海ブロックスノーフェスティバルの準備を進めています

コロナ禍を乗り越えて集まって フェスティバルが したいから

例年どうりにはできません。皆で 考えて 協力して 実践して成功させましょう！

東海ブロック長 寺田康男

今までに8/3, 8/22の2回、ズームで準備会を開き、日程・会場・宿の確認、各コースの責任者と内容、チラシ作成などについて相談しました。

日時：2021年1月29日（夜）発～31日（日）

会場：平湯温泉スキー場

宿舎：中村館

体制：実行委員長→愛知・寺田康男 副実行委員長→岐阜・佐藤実、静岡・長島信三

事務局→愛知・浅井千恵

コース責任者：スキー教室→岐阜・佐藤 スノーボード教室→三重・木村

ポール教室→愛知・澤田 スノーシュー→静岡・神戸

山スキー→愛知・大城 ネイチャースキー→愛知・浅井

おもしろ競技会→愛知・寺田 競技会→愛知・澤田

次回準備会：9/7（月）19：30～ズーム会議

チラシ：9/27までに作成

下見：9月27日（日）13時、中村館集合

直滑降クラブ

ひるがの高原テニスツアー



8月22・23日、1泊で、ひるがの高原にてテニスツアーを行いました。クラブでは毎年実施している行事です。宿のマスターはクラブ会員です。今回は7名の参加でした。昨年の約半数です。コロナ自粛も原因です。水分補給の休憩をこまめに取りながら頑張りました。天気良好、土地の標高も高いのでボールはよく弾みます。1日目は午後の3時間、2日目は午前の3時間みっちりほぼ試合形式で体を動かしました。

夕方日が落ちれば涼しくなってクーラー要らずです。夕食は戸外にてお肉たっぷりのバーベキュー、ゆでトウモロコシ、おこげおにぎり、焼きミョウガも美味しかったです。昼食は1日目は煮魚、2日目は野菜たっぷりのカレーライスも満足でした。

テニスをしなかった2名は涼しい木陰で読書したり、ひるがの高原スキー場のリフトに乗って頂上のピンク色のお花畑などの散策に出かけました。家にこもりがちなこの頃、少し息抜きができた心持ちでした。体ももっと鍛えたいと思いました。（加藤）

ぶなの木スキークラブ

なかなかハードな天狗岳登山

第4回目となる新人歓迎山行はやはりコロナ感染防止のため、新人歓迎は延期し、誰でも歓迎山行として実施しました。8/9(日)八ヶ岳・天狗岳(2646m)、8/10(月)車山(1924m)へ行きました。

日時：2020年8月9日(日)

メンバー：4人

行程：唐沢鉱泉——黒百合ヒュッテ——東天狗——西天狗(2646m)——唐沢鉱泉
7:30 10:00~10:50 12:50 途中昼食 14:00 17:30

恒例の八ヶ岳登山。今年はコロナの影響(?)で4人となった。

5時起床、6時出発で唐沢鉱泉へ向かう。コロナの影響もどこへやら、駐車場は一杯で道端へ駐車し、少し歩き唐沢鉱泉へ。身繕い後、7:30出発。苔が付いた岩は滑りそうで歩きづらい。1時間程歩くと、藤田さんの靴底がはがれそうになってテープで修理。私はぬれたような苔の岩と木道が歩きづらい。黒百合ヒュッテの手前でぬれた木道で滑り、前へこけて顔面強打。鼻血が出てビックリ。気を取り直してしばらく行くと黒百合ヒュッテに到着。小屋の前は、中へ入らずに外で休憩する人で一杯だ。

ここからは岩場の本格的登山となる。稜線に出ると風が強くて途中で引き返してくる人もいる。だが、私達4人には引き返すという選択肢はなく前へ進む。時々、冬山の耐寒姿勢をとりながら進む。寒くてお水も飲めない。私は風(?)のせいか体力消耗。皆に遅れながらも必死で登る。やっと東天狗に到着。頂上は吹き飛ばされそうなすごい風で、真っ白で何も見えない。

早々に東天狗を出発。降りきった所で遅めのランチをとる。ランチの後、20分位で西天狗に到着。ここは風もない。この頃から少し空も明るくなり少しは景色も見えるようになった。西天狗からの下山はなかなかの斜度で私はゆっくり降りる。登り、下りを繰り返して、第二展望台、第一展望台を過ぎ、やっと二股へ。そこから1時間程で唐沢鉱泉へ到着。

私達4人は今回初めてのコースだった。地図で見るとより長く感じたし、下山道もなかなかハードだった。私が遅れをとったことで唐沢鉱泉へは17時半に到着。藤田さんの靴も左側も危なくなり途中また修理。でも何とか1日もちました。

私の怪我は顔の真ん中に傷は出来たけど、鼻血も止まり落ち着く。下山後、入浴し、ゴハン屋での反省会では皆、相当疲れたようだった。少々のはつらさはあったものの、今年の八ヶ岳登山も無事終わった。

翌日(10日)は昨日天気が悪くて山の上から何も見えなかったのが、車山頂上まで歩き、360°の山々の景色を満喫した。車山頂上もやっぱり人で一杯だった。(木村)



天気が少し回復した
西天狗頂上

山スキー用語解説③

《山スキー用具》スキーブーツ 大城

山スキーブーツは兼用靴とも呼ばれています。山登りと、スキーの両方に兼用できることからです。

機能として歩行モードと滑降モードの切替えができます。登山や歩行を念頭に設計されているため、軽量化と、歩行モードでの足首の可動、ソールは少し反りがあり歩きやすくなっています。靴底には滑り止めゴムのブロックソールが付いています。

滑降モードにすれば足首は固定されますが、アルペンブーツと比較するとシェルは柔らかく、滑り重視のスキーヤーは少し不満が残るかもしれません。

また、最近のブーツのつま先には窪みのついた金具が埋め込まれ、TLTビンディングにも対応できるようになっています。



レバー上側で
歩行モード
レバー下側で
滑降モード

次回は雪崩捜索用のビーコンを説明します。

アルペン競技用語解説 21

正対・平行・トップをそろえる 澤田

澤田がよく言う表現に「正対」があります。全国スキー協は造語が好きというか、新しい表見をよくします。東海ブロックでも同様なことがあります。感覚的に表すと人それぞれの表現があり、それを聞いてとてもしっくりくる人もあれば逆に混乱してしまう人もあります。より正確に表すことも大切です。基本姿勢（教程のある人はP 5 4）背骨の角度と脛が「平行」になる＝骨盤を立てるという表現になります。アルペンでは両足ですが、テレマークでは片足になると思います。理想はどんな時もそこ（基本姿勢）から腰を基準に肩・膝・スキーのトップ（「トップをそろえる」とすべて平行になっている状態に近づいていることかなと思います。よくストックを持って練習したり、手を広げたり前に出したりして練習している目的です。

