

愛知スキー協通信 No.311

発行：新日本スポーツ連盟 愛知スキー協会 2021年1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：スキークラブ直滑降

「今までと違う、スキーシーズン 明けましておめでとうございます」

今までと違う シリーズ その③

新しい教訓編(スキー文化継続の危機打開策を模索)

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)



スキーは、上達の変化を感じられる特徴を持った

スポーツであることを思い出してください！

特に初心者、出来ないことが確実に出来るようになるのが実感できるのだから、大切に扱ってきたし、スキー文化を継続させたい今こそ、初心者にスポットを当てることはスキーの愉しさを広げるチャンスです。が、対象資源が劇減し続けて 20 猶予年、今尚、改善しないでいます。しかし、見方を変えてみてください！「みかけの初心者」は、結構周りにいますよね！本人はカービングターンをしているつもりでも実際には捻りずらしでしかできない人。そんな人には、はっきり「貴方はカービングビキナーです」と言ってあげるのも優しさではないですか？他にも、「谷回りビキナー」「押し開きだしビキナー」「切り替えビキナー」を発見して「ビギナーだから伸び代があるよ！」と成長を促して、教え合ってみてください！

菅平のパインピークゲレンデは、雪不足で細い廊下ゲレンデでした！

初滑りでの研修会では、中央研修会修了者が 13 名参加してくれましたので、研修未修了者と二人一組になって研修会を行いました。1 本毎に課題を出し、2 本滑ったらペアを交換しました。課題に対してどう取組むかリフトに乗っている間に話し合っ、滑りをお互いに評価しあいながら、実践して、滑り終えたその時点で、課題の答えを発表する形式で試行してみました。すると、どうでしょう！短い 1 本をととも考え、丁寧に、皆が大切に教え合いながら滑っている様にみえました。

11 月に 2 回の技術講座をへて、中央研修会で意思統一をはかりました

東海ブロック技術講座の中でも、中央研修会での東海ブロック技術委員会での初滑りに向けての意思統一の場でも、教室（講習会）は少なくともタイプの違う指導員を 2 名配置すること。参加者は複数いる事の有効性を確認しました。

指導員が一人だとその指導員が言った事が、言葉通りに出来るか否かが、参加者の課題になりがちですが、二人だと違う表現をします。使う言葉が違う中でも、二人が要求する課題は一つのはずです。そこで参加者は考えます。手本の滑りも 2 回見ることが出来ます。参加者の滑りも複数見ることが出来ます。

自分より巧い滑り、自分の過去の様に克服に今、手こずっている滑りの手本が存在します。また、指導員も表現方法・表現手段を考えて、学ぶことが出来ます。だらだら説明が長くなることも減ります。そこには、「教え合いの場」が存在し、実践が可能になります。



初滑り報告 コロナ禍・雪不足でも、考えて、行動、実践して、繋ぐことが 今 必要！

東海ブロック初滑りの参加者は、28名でした。GoTo トラベルが使えて参加費が3,000円安くなり、クーポン券も3,000円分付きました。

宿の料理は最高に美味しく、ビールのサービスもあり、他のお客さんも無くゆとりの部屋割りができました。密を避けるために座学研修は取り止め、各部屋での時間はゆったりと過ごせたと思います。コロナ禍と雪不足で色んな制限は発生しましたが、工夫次第で・・・、例年に比べ滑走距離・リフトの乗車回数は、案外多かったと思います。

初滑り企画は、宿もスキー場も参加者側も、企画側も、お互いに無理をお願いしながら、安く、お得な企画行事です。



ただ、良かった感想より不満が先行するようで、時期・場所・企画設定（誰の為の・何の為の）を見直す時期だと思います。建設的な意見をおよせください！

1日目は、パインピークゲレンデでクワットリフト1本だけが稼働、コースも細い廊下ゲレンデが1本だけで途中で止まれるスペースも殆ど無い、予想以上に最悪のゲレンデで、それでも午前中は硬いバーンで何とか練習になるも、午後からは雪も緩み土も出てきて、15時前には解散して、雪上での技術委員会も中止しました。

2日目は、ハーレー浦太郎ゲレンデに移動しました。起伏の少ない見透しの良い1枚バーン1面とクワットリフト1本だけが稼働、硬く幅広い急斜面で高速技術中心に1日目同様に、研修会教室、競技教室、一般教室に分かれました。12時には、濃霧で視界が無くなったので目合わせは中止し、終了しました。お疲れ様でした。

山スキー <<入門おすすめコース1>>

乗鞍山域・夫婦松（1973m）コース （大城記）

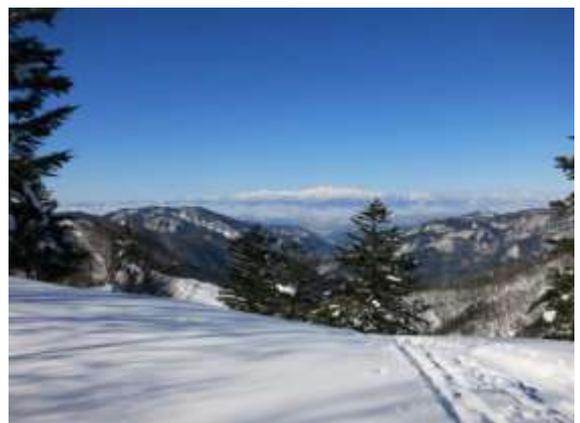


先回まで山スキーに特化する装具の紹介をしてきました。今回からこれから山スキーを始めようと思っている方や、経験が浅い方を対象にお勧めコースを紹介します。

最初は東海ブロックスノーフェスティバルで毎年採用している夫婦松コースです。

岐阜県側の乗鞍スカイライン入口近くにある久手牧場(1300m)がコースの入り口です。林道を30分程度登ると白山の展望が広がります。尾根沿いに3時間半程度登ると平坦な夫婦松に到着です。ここからさらに3時間ほど登ると猫岳(2581m)、大崩山頂上にも行けませんが、少し体力がいります。

下山のスキーコースは登ってきた林間を少しずつ滑っていきます。ボーゲンでも大丈夫です。少し下ると開けてきて続けてターンできるようになります。開けた尾根から右側に広いオープンバーンが現れます。ここがこのコースのクライマックスで一番楽しくも緊張もするところです。そのあとは林道沿いにすべって久手牧場入口に到着です。登り約4時間、下り1.5時間のコースです。



イエティスキークラブ かんばってます

(公財)日本スポーツ協会 スポーツ活動継続サポート事業 SAJ東海北陸ブロックユース強化事業『早朝貸し切りゲートトレーニング』に参加しました。11月7日8日14日15日21日22日23日28日29日の9回すウイングヒルズ白鳥スキー場にて開催されました。

30dayピスラポトレーニングに続いて全日本コーチでもコーチをした井上春樹コーチを指導者に招聘して行われました。

イエティからは棚橋勇斗・和奏・加藤瑠璃・澤田藍雅の4名が参加しました。藍雅は8回勇斗は7回参加できました。後の二人も半分以上参加しました。

早朝トレーニングができたのは14日15日の2日間だけでした。その後の高温と雨で雪が解け営業も危ぶまれるほどでした。一般客に交じって8時～10時半・11時半～1時半のスケジュールで行われました。トレーニングにいつも延長気味に終わりました。人も多く幅の狭い中でベーシックトレーニングをしました。クロスオーバー、プルークからそのままカービング、深回りしてまだ繰り返す。ノンストック、ストックを両手もって等々です。バランスボールトレーニングや陸トレとも関連付けての説明、ミーティングも交え充実して練習ができました。

12月5日～18日は愛知県スキー連盟ジュニア強化事業で北海道ぬかびら温泉スキー場に棚橋和奏・加藤瑠璃が参加。和奏はそのまま糠平に残って練習します。名古屋市のジュニア強化合宿(12月19日～)・妙高杉ノ原合宿等1月9日から11日の各種予選会に向けて本格的に始動しています。4名の中学生には全国中学生スキー大会が今年の最大の目標です。その予選会です。予選を突破して、しかもコロナ禍において全中が予定通り行われることを願います。



愛知県スキー連盟では、小学生対象にアイキッズスノークラブをしています。会費2000円ですが朴の木スキー場や平湯温泉スキー場などで使えるリフト券がもらえたりします。ぜひ愛知県スキー連盟のHPを開いて応募してください。愛知県民以外でもいいようです。



アルペン競技用語解説 25

板をたわませる

スキー協では全国技術委員会、中央研修会そして初滑りin菅平と行ってきました。その中でたわませるってどういうことと言っている人がいました。22で「スキー板を効率よくたわませ、たわみを効率よく生かす」と書きましたが、実際には実感できていないのだと思いました。

競技では「たわみをつくる」「たわみを生かす」このことに尽きています。カービングは、栗岩会長がワールドカップ選手の頃スキー板の真上からしっかりパワーをかけてたわませ、板がねじれないようにしてカービングをさせていました。高等技術でした。

今は板に体重をかけるだけたわみます。しかし板にしっかり乗ることができないのも事実で気持ちよくカービングが味わえないことも多いです。古い板で滑りその後新しい板で滑るとその差は歴然です。GSの板でコブに入るとたわんで板が折れることもあり入らないようにしています。深雪用の板はそのたわみを使って深雪から抜けて次のターンへととなります。

競技ではたわみを使ってカービングを加速させるのです。だから進行方向へもっていくのでデモ技術とは少し意味が違います。



2020～2021年 直滑降クラブ スキー計画

12月31日(木)朝発～1月2日(土)	年末年始スキー	菅平スキー場
宿：サングリーン のんびり、ゆったり、宿に温泉あり。		
1月8日夜(金)～11日(月)	クラブ合宿	白馬五竜スキー場
宿：太田旅館 教室あり、たっぷり滑ろう。		
2月12日夜(金)～14日(日)	白馬八方スキー場	
宿：大根館 久しぶりの八方、混んでいるかな？		
3月20日(土)朝発～21日(日)	さよならスキー	マイアスキー場(開田高原)
宿：ペンション京こじま 料理も楽しみ、きっと雪もたくさんあるよ。		

1/09・10 東海ブロックレベルアップスキーの案内

さらなる技術力の向上の場と位置づけ、重点対象は、一つ上の指導員を目指す人を中心に一般も含め、技術の向上を目指す人です。

{指導員養成実技・研修実技・STT・デモ選対策}

場所) 長野・野麦峠スキー場

日程) 2020年1/9(土) 集合9:00 センター前 1/10(日)解散15:00

参加費) 2,000円(受講料) ※宿泊費交通費は別途各自負担です。

内容) スキー指導法、新教程技術伝達

※参加できそうな人は早めに申込み授受の確認をしてください

問い合わせ先・申込・責任者) 寺田康男

自宅Tel, FAX 052-624-8973 携帯 090-7036-1436

e-mail: yasuhiromi@mta.biglobe.ne.jp

切り取り

東海ブロックレベルアップ 参加申込書

氏名			到着予定	備考欄・宿泊施設
			: 頃	
県名	県	同乗者	本人だけ	いる()

主催 全国勤労者スキー協議会・東海ブロック協議会