



# スキー協通信

東京都勤労者スキー協議会

〒170-0013 東京都豊島区東池袋2-39-2大住ビル4F 03(3971)4144  
ホームページ：<http://www.tokyoskikyo.org/> E-mail：info@tokyoskikyo.org

No.345

発行

2012.12.1

発行責任者・小川 洋

## シーズン、始まります！

競技大会、テクニカルフェスタ、締め切りのご確認を！



### 目次

第20回クラブ交流平和駅伝報告	2-3頁
山スキーの集い報告、他	4-5頁
第2回テクニカルフェスタ案内	6頁
東京スキー協競技大会要項	7-8頁
2013 山スキー教室のご案内	9頁
コラム「雪友物語」⑦	10頁
information	11頁
12・1月のカレンダー	12頁

# 第20回クラブ交流平和駅伝

2012年10月28日(日) 雨  
都立狭山自然公園(多摩湖堤防)にて

雨で「駅伝」は中止…  
ですが、しっかり「交流」してきました！

今回の申し込み状況…6クラブ、7チーム  
(中野 SNOW/S.C. 雪舞/スラローム S.C./豊島 S.C./エーデルヴァイス/どさんこ)

9時頃から降り出した雨がすぐ本降りに。スタート集合場所には雨除けのタープをはり受付の準備は整いましたが、雨脚は強くなるばかり。開会式の時刻10時20分を待って中止を決定しました。

要員、応援を含め50人程が集合しました。連続優勝を狙うどさんこ、初のエントリー豊島S.C.、密かにこのコースで練習していた中野SNOWをはじめエントリーランナーみな、来年への決意を新たにしました。(実行委員長 石黒健)

晴れてれば トップをねらう SNOW かな



豪華！手作りお弁当  
(屋根付き)



この雨では記録は  
難しいわね



お日様さん 来年こそ頼むぞ よろしくな！



曇り空の中狭山湖に向かう。午前中はもつかと思いきや雨雲がきて、雨がぼつりぼつりと降り出した。本部用テントを設営するが10時になっても雨はやまず、小雨決行ではあったが、本降りやむなく中止決定。せっかくなので集合写真をとって解散となった。

以前開催中に小雨が降ったことはあったが、今回初めての中止となった。ランナーそれぞれ走り込んでのぞんだ今回であるが、足元も滑るし運営も難しくやむなし！でも残念！ 帰るクラブあり、場所をかえて弁当を食べるクラブあり。

さてわがクラブでは、今回6人各自弁当を割り振って持ち寄りにしたので、高台の屋根付き広場で弁当を広げることとなる。長谷川さんと車田さんも誘う。前回好評の原君のから揚げが今回は2種類になり、正弘さんの畑で採れた野菜料理など、それぞれの料理の作り方を聞きながら、おいしくいただいた。

昼近く小雨になり、今日のパワーをもてあました福ちゃんが「走ろう！」と言い出し、ではと、私、原君

も走り出す。木実さんと車田さんは、傘をさして散歩、正弘さんと梶ちゃんは、留守番。小雨のランニングは、程よく汗ばみ走りやすい。アップダウンあり、一周2.5キロコースを走る。少し紅葉し、どんぐりも転がっている。自然を満喫し空気もおいしく感じる。ファミリーでくるのもいい場所だ。トロの森も近いし、狭山スキー場もあり、西武園、西武球場もある。

正弘さん、福ちゃんは体調を整え、今回ものぞんでいた。福ちゃんは、今回もコスプレを準備していた模様。原君は、事前の試走をしてコンディションをベストにして、トップを狙うホープである。私は、いつも生爪になるので、ランニング専門店で足の形を図り、靴を購入した。足にぴったりとして走りよい。駅伝応援団の木実さん、駅伝記録担当で大きな要となっている梶並さん。

来年は、福ちゃんが近所の若い子を誘ってくるといっている。トップを狙ってファイト！

(写真・報告:中野 SNOW 川上咲子)

シニアの星？を目指して 2.5 km走ろうと思っていました！ 雨で残念！ホッ！どっちなの？(佐藤正弘)

日頃の忙しさに流されず、ランニングする時間を作ろう！筋力アップも日々のちょっとした時間でね…。(咲子)

賞状バリッと印刷できるようにしてきたのに…残念。来年までレベル up しておこう！ お昼最高！(kazi)

走り終わった後の持ち寄りお弁当を楽しみに応援にきましたが、あいにくの雨。でも、いいにくいんですが、私は目的を果たせて満足！ 今年も原様のカラアゲおいしかったです。(木実)

「走りたい」を来年まで…！ 1年走り続けます！！(福田)

来年もから揚げ作ります。(原)



走る！走る！俺たち♪



楽しみに来たのに残念！



雨降ってますね！



# スキーの楽しさは、自然の中に

山スキー委員会は、毎年、シーズンに入る前に「山スキーの集い」「山スキー講座（関東ブロックと共催）」を開催してきています。今年も多く仲間を集め開催しました。

11月9日、池袋・生活産業プラザで「山スキーの集い」が開催されました。愛好者、これから始めてみようという人たちなど45名の方が集まりました。

冒頭、スキー協小川理事長の挨拶の後、山スキー委員会吉田委員長から山スキーに取り組むスキー協の考え方と活動について紹介しました。

道具の新製品の紹介・解説には、秀山荘・ロストアローの共同で説明があり、ブーツはスカルパ、ブラックダイヤモンドの商品を中心に解説があり、今年の特徴点は、各社とも重量が軽くなり、歩行性能も重視したものになっていること。

板は、商品別の特徴点の紹介とともに、ロッカー仕様の滑りの差、ロッカーの部位・長さの違いで滑走性能の差異があることなどの解説がありました。シールは、ベースが薄くなって軽量・コンパクトになっていること。ストックは、長さを変える装置が改良されたなど、関連ツールの紹介もありました。

山スキー教室、全国スキー協山スキー部の取り組みを紹介し午後9時過ぎに散会しました。

## クラブの中に、山スキーの風を

「山スキーの集い」には、スキー協会員外の方が多く参加しています、この風をスキー協各クラブでどのように捉え、吹かしていくか、個々のクラブで山スキー（バックカントリースキー）への取り組みを積極的に進めていくことが求められているともいえるのではないのでしょうか。

スキー協は、毎年、安全で楽しい山スキーのため山スキー教室を開催しています。参加し、経験を積み、新雪・深雪、春山…。スキーの楽しさを広げてください。



教室についてのお問い合わせ、募集案内をご希望の方は、山スキー委員会へご連絡下さい。（03-3972-4144）

<http://www.tokyoskikyo.org/iinkai/yamaski/yamaski.htm>

## 2013年東京スキー協山スキー教室（第1回）募集案内

# 深雪の谷から山スキー入門教室

かぐら山スキー入門教室は、ゲレンデで基礎滑降、シール着脱・登高など、スキー場から稜線へ、自然のままの雪山を楽しむことを目的に開催します。奮ってご参加ください。

（期日）2013年1月19日（土）～20日（日）

（集合）1月19日（土）越後湯沢駅9：10集合（もしくは、宿へ10：00集合）

（行動予定）第1日 ゲレンデ、かぐら峰往復

第2日 かぐら峰周辺（午後3時宿舎帰着・解散）

（宿泊予定）元湯 弥八 ☎025-788-9251 〒949-6211 新潟県南魚沼郡湯沢町三俣80

（参加費）15000円（宿泊1泊2食、保険料、事務費等）交通費は別途かかります。

（打合せ）1月10日（木）新宿西口ルノアール（エステックビル店）03-3348-1470

### 募集要項、案内は

<http://www.tokyoskikyo.org/iinkai/yamaski/yamaski.htm>

もしくは、

東京都勤労者スキー協議会（東京スキー協）山スキー委員会（Tel/Fax 03-3971-4144）まで

## ～「山スキーの集い」に行ってきました～

4ページで報告の、「山スキーの集い」の様子をうかがってきました。

卓の上にはカタログ、資料、ステッカーなどがどっさり入ったビール袋（なにかもらえただけでちょっと嬉しい）。大手のスキーイベントさながらのショップの協力にはびっくり。板、ビンディング、ブーツの2点以上購入という条件付きですが、10,000円の東京スキー協特別割引券も。ショップとメーカー(?)からも3名のかたが見えました。長年委員会でこまめにショップに足を運び、宣伝したりされたりしてきた協力関係の賜物ですね…。見習わなくてはなりません。ニューモデルのスキーの展示も十数台の用意があり、みなさんほかにもブーツ、ポール、シールなどを直に触って感触を確かめていました。

最後列から観察していると、スキー協の会員以外の男性参加者（しかも若い!）も数名いたようです。席を立てて展示を見るわけでもなく、様子見という感じだったので、こちらから、どうぞどうぞと声をかけてみてもいいんじゃないですかね? 参加、交流につながるとういいですね。

この集いでふと思ったのは、運営側に若い人の姿が見えないこと。ショップとの理想的な関係や、これまでの活動の基盤があるのだから、あとを引き継いで今後もいろんな可能性があるのでは? と思いました。（長谷川）

山スキーアイテム購入予定のかたに秀山荘さんの10,000円の割引券を差し上げます。広報局宛にメールをください。（板、ブーツ、ビンディングの2点以上購入の場合使えます。割引券の有効期限は12月末日）



カタログ、ステッカー、割引券…



展示商品をチェック

# 東京スキー協主催 テクニカルフェスタ in 志賀 参加者大募集

技術向上と交流を目的とした行事です。ぜひ皆さんご参加ください。

日程：2012年12月22日(土)-24日(月・祝)

会場：志賀高原（一の瀬）

宿舎：ダイヤモンド志賀（ダイヤモンドゲレンデから徒歩1分）

募集人数：40人 申込締切：12月7日（定員になり次第締切）

●一般レベルアップコース： スキー協デモ講習班あり。楽しみながらレベルアップ

●指導員研修コース： 応用発展技術研修(22日)と基礎技術研修(23-24日)

をいっしょに受講できるチャンス

◇ビデオミーティングで自分の滑りをチェック(23日夜)

全国スキー協デモがアドバイス

◇スキーテクニカルテスト(STT)で実力がわかる(24日午後;受験料¥2,000)

●参加費： 一般レベルアップコース：¥33,500

指導員研修コース：¥38,500

(2.5泊5食(21日半泊朝食付~)、講習料【2.5日】、傷害保険料)

2泊4食(22日夕食~)の場合は¥5,500引き

●往復貸切バス(新宿集合21日夜9時00分): ¥7,500

◆スキー協デモは、前回も好評の桶谷政博さんに決定

講師プロフィール紹介

全国スキー協デモンストレーター 桶谷政博さん

- ・約20年にわたり毎年夏はヨーロッパでレーシングスキーを中心としたキャンプを開催
- ・アルペンレース戦績：全日本マスターズで、優勝一回、2位二回、入賞多数
- ・全国スキー協スキー教程の「カービングスキー(板)の特性」部分を執筆
- ・教程DVD(2004年)の「洗練の平行ターン」のモデルを始め、昨年、今年の教程解説DVDなどでモデルを務める

※前回11月号通信郵送分にパンフレット同封あり(HPでも確認できます)

## 第37回東京スキー競技大会要綱

**参加資格** だれでも参加できます。(ただし、東京スキー協のクラブ及び会員の紹介のあるもの)

**日程** 2013年2月2日(土)～2月3日(日)

**クラス**

ビギナース クラス男子	スノー ボード	ジュニア 1部 小学生	ジュニア 2部 中学生	男子1部 ～39歳	男子2部 40～49歳	男子3部 50～59歳	男子4部 60～69歳	男子5部 70歳～
ビギナース クラス女子				女子1部 ～39歳	女子2部 40～49歳	女子3部 50～59歳	女子4部 60歳～	

ビギナースクラスは競技大会参加の機会を広げる為にあります。

その趣旨をご理解して頂いた上でエントリーをお願いします。

**参加費** (エントリー代/表彰式・交流会費/保険代含む)

	東京スキー協会員	一般	ジュニア
2日間参加	7,000円	8,000円	5,000円
1日目のみ	4,500円	5,000円	3,000円
2日目のみ	3,500円	4,000円	2,000円

**出走順** ビギナース女子・ビギナース男子・スノーボード・Jr1・Jr2

女4・女3・女2・女1・男5・男4・男3・男2・男1

クラス内の出走順 第36回大会各クラス総合の1-6位のエントリー者はシードとします。第36回大会と出走クラスが異なる場合は、同一クラスでの出走シード者の後に順位順にシードとします。シード以外のエントリー者はクラブ(チーム)抽選を行い、クラブ(チーム)内ランキング順に従って決定します。発表は大会プログラムで行います。

2本目の出走順は1本目タイムの逆順とします。1本目DF・DS・DQの人も各クラスの完走者の後にスタートできます。

2日目の出走順は1日目の1本目と同じとします。

**表彰**

**個人戦**：1日目クラス別2本合計1～3位までメダル・賞状。4～6位賞状、飛び賞あり。

2日目クラス別1～3位までメダル・賞状。4～6位賞状、飛び賞あり。

男女総合は成績発表のみ

**団体戦**：1位優勝カップ(持回り)、1～3位まで楯・賞状、6位まで賞状。

**表彰式**

2月2日(土)pm4:30～ ふれあい館(公民館)にて1日目の暫定成績発表及び交流会を行います。

2月3日(日)pm2:00～ スキースクール前(雪上)にて各クラスおよび男女別、団体の表彰式を行います。

**宿泊斡旋** 次の旅館・民宿を斡旋します。宿は事務局の指定となります。

下幅旅館 30名 Tel:025-783-2153

亮新 20名 Tel:025-783-2619

源氏荘 20名 Tel:025-783-2314

**宿泊代** 1泊2食：7,000円(6,000円)、1.5泊3食：12,500円(11,000円)

2泊4食：14,000円(12,000円)

土曜日の宿泊はすべて1泊2食扱いとなります。 ( )内は小学生以下の斡旋料金です。

リフト券はつきません。

現地で宿泊パックリフト券のご利用ができます。

(現地での各自の清算となります) キャンセルについては、別項のとおりです。

**前日トレーニング** 大会バーンを使用してのトレーニングを企画しています。  
詳細はチラシを確認下さい。

## 申込方法

- 1 申込は、参加申込書（クラブ用）に参加者毎のドロ用紙を添えて、「東京スキー競技大会係」宛郵送してください。
  - ①個票は、太枠の中を、漏れのないように記入してください。出場クラスの記入に誤りのある場合があります。特に注意してください。
  - ②クラブ用申込書は、宿泊・大会エントリーの基礎となるものですので、誤り・漏れのないように記入ください。特に生年月日については、保険申請に欠かせませんので、参加者に確認して、誤りのないように必ず記入してください。
- 2 エントリー代を振込む。
  - ★申込締切日までに1～2の手続を完了しないときは、出走順抽選の権利を失います。
  - ★宿を独自で確保するクラブは、必ず宿名・連絡先をクラブ用の参加申込書に記入して下さい。
  - ★泊費は、大会8日前（1/25）までに全額を振り込んでください。

申込先 〒170-0013 東京都豊島区東池袋 2-39-2 大住ビル 4F (TEL FAX 03-3971-4144)  
東京スキー協「東京スキー競技大会 係」  
振込先 郵便口座 00110-7-88004 (加入者名)東京都勤労者スキー協議会

**申込期間** 2012年12月3日（月）～2013年1月11日（金）

11日事務所到着分まで有効です。17日（木）に出走ドロを行います。以後については、参加者枠に余裕がある場合のみ、各クラスのエントリーの1番最後に申込順にエントリーします。

## 競技運営・規則

SAJ競技規則（最新版）及び、本大会のローカルルールに基づいて行います。  
競技規則に基づく競技者への注意を大会プログラムに掲載します。プログラムは必ず確認してください。安全のためにヘルメットの着用をお勧めします。最低でも必ず帽子を着用して下さい。

## クラブ(団体)対抗戦(得点の対象)

- ① 京スキー協に会員登録している者は所属クラブ（チーム）の得点となります。
- ② ジュニアは、所属クラブ（チーム）の得点となります。
- ③ 1日目2本完走者と2日目の完走者のみが得点となります。
- ④ 得点は、各クラス毎10点を上限とし、以下1点ずつ減点していきます。  
10位以下の完走者には1点とします。
- ⑤ ビギナーズクラスは5点を上限とし、以下1点ずつ減点していきます。  
5位以下の完走者には1点とします。
- ⑥ チームとしてエントリーした選手の得点はクラブには反映しません。

## その他

各クラス3本総合タイム優勝者で第39回全国スキー協競技大会出場者（東京スキー協会会員登録者に限る）には、エントリー代を補助します。ただしキャンセルした場合は本人負担とします。  
事故について傷害保険に加入しておりますが、保険の範囲を超える場合は自己負担となります。

### ◆キャンセル規定

キャンセルは、競技大会事務局（03-3971-4144(2/1以降は0257-83-2153)まで申し出て下さい。

- ①エントリー代のキャンセルは、申し込み締切日以降はお返し出来ません。
- ②宿代は、宿泊費全額に対して、次の取り消し料金を申し受けます。

★11日前まで0%★10～6日前20%★5～2日前30% ★大会前日40% ★大会当日100%



# 2013 山スキー教室のご案内

大勢の仲間とともに、楽しく安全に山スキーを！

ゲレンデを飛び出して、大自然の山野を自由に滑りましょう。

ゲレンデでは味わえないパウダースノー、新雪滑降を楽しむ山スキーの教室です。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が学べます。経験者には山小屋泊まりの実践コースもあり、レベルに応じた教室が用意されています。

参加資格	スキー技術は、中級程度（パラレルターンか、それに近い滑り）の方。および、ハイキング程度でもよいので、山登りをしたことがある方。
定員	20名（先着順）なお、催行最小人員3名
コーチ陣	スキー協指導員、同山スキー委員、同山スキーリーダー

## (教室日程)

回	日程	行事名	内容	宿泊/参加費	打合会
①	1/19(土)～ 1/20(日)	かぐら 新潟	入門。ゲレンデで基礎滑降、シール着脱・登高など、スキー場から稜線へ、自然のままの雪山を楽しむ	みつまた・弥八 15,000円	1月10日 (木)
②	2/16(土)～ 2/17(日)	湯の丸高原 長野	入門。スキー場の上が粉雪の高原。シール着脱・登高、樹林滑降など山スキーのエッセンスが豊富	湯の丸・シティオス 地藏 16,000円	2月5日 (火)
③	3/16(土)～ 3/17(日)	乗鞍高原 長野	リフトでトップへ、シール登高2～3時間で肩の小屋へ初級者から上級者まで楽しめます。入門教室として実施します。	乗鞍高原・青葉荘 16,000円	※3月6日 (水)
④	4/6(土)～ 4/7(日)	樽池高原 長野	入門。ロープウェイで樽池自然園へ、シール登高1時間で天狗原。白馬連峰をバックにパウダーを滑ります。西樽コースにも	樽池高原 19,000円	3月27日 (水)
⑤	5/3(金)～ 5/6(月)	鳥海山 秋田	東北の名山。秀麗な山容を見せてくれます。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。	矢島・まさか 43,000円	4月16日 (火)
⑥	5/3(金)～ 5/6(月)	八甲田山 青森	南・北八甲田山のバリエーション豊富な広大な山域を春スキーの決定版。山スキーの入門にも最適	猿倉温泉・猿倉荘 50,000円	4月18日 (木)
⑦	5/18(金)～ 5/20(日)	立山・剣沢 富山	北アルプス3000m級の雄大な斜面の大滑降は爽快感満点。温泉につかり星空を眺めて気分は極楽	地獄谷温泉・雷鳥荘 29,000円	5月9日 (木)

\*各行事ごとに打合会を行います。会場は、新宿駅西口「ルノアール」（エステックビル店）（電話：03-3348-1470）です。なお、第3回「乗鞍高原」は、地下鉄東西線・神楽坂駅下車「新宿区赤城生涯学習館」です。

**申込・問合せ先：**東京都勤労者スキー協議会

〒170-0013 東京都豊島区東池袋 2-39-2 大住ビル 402 TEL・FAX 03-3971-4144

**申し込み方法：**参加申込書と同時に申込金 5,000 円（参加費に充当）もしくは参加費全額を

郵便振替 00110-7-88004 へ、通信欄に送金名を明記し払込んでください。なお、出発(開催)10日前までに全額納入して下さい。

**キャンセル料：**参加費に対し、出発10-6日前=20%、5-2日前=30%、1日前=40%、当日以後=100%

**募集要項・案内は、**<http://www.tokyoskikyo.org/iinkai/yamaski/yamaski.htm>

◆故障があっても、スキーはできる？◆  
《雪友物語》7 五十嵐民夫

今を大切に

●同じテーマ

この連載を始めてから、新聞や雑誌の記事に「……を鍛える」とか「アンチエイジング」などが目につくようになりました。特に多くなった訳ではないと思います。スポーツ連盟発行の「スポーツのひろば」ではほぼ毎号、からだの仕組みやトレーニングに関する記事が掲載されていますから。ただ、記事の切り口が違っていたり、目先が変わると、初めて知った事がらに思えたりします。

●十人十色

雪友物語でも同じことが言えます。なぜかといえば、性差は多少あるにしても、からだの仕組みは人間みな同じだからです。

スキーで、何人かが一緒にパラレルで滑っていても、滑り方やフォームは異なります。同じ練習をしたとしても、意識する部分はそれぞれです。10人いれば、10通りの理解と表現があるのです。リハビリでは、故障している箇所が異なればなおさらです。

間違っているとか、分かっていないとかではありません。みな、正しい。違いは、目的や意識の差異でしかありません。

●スキーイングの到達点

私のスキーレッスンは、技術的な指導はほとんどしません。一人ひとりがスキーをどの程度理解しているかの、確認作業を重ねていくだけです。

今現在、自分ができるもっとも安定した滑りをしてもらいます。そこで、その人の体力や技量、経験値などを確かめます。

続いて、スキーイングの確認作業に入りますが、同じリフトで同じ斜面を滑り、ス

タートとゴールを同じ場所にします。

ここで、約束事をひとつ。

「ゴール地点を必ず視界に入れて滑る」

安心して出せるスピードの、速度が何km/hを感じ取ってもらいます。その速度より速く滑ったり、遅くして滑ります。

好きな回転弧で滑ります。それより大きな、または小さな弧で滑ります。或いは、スピードと回転弧を組み合わせて滑ります。

このレッスンで、ゴール地点を見ないで滑っていると、スピードも回転弧の大きさも分かりませんし、滑りに変化もつけられません。見るから感じられ、変えられます。それは、自分が求めるスキーのゴールでもあります。

●現実を知る

故障があるからだを、故障前と同じに戻すのはやさしくありません。それより、元に戻らなくても、以前と同じような「楽しいスキー」を目指した方が、現実的です。

歳を重ねれば、からだは衰えます。できたことが、できなくなります。無理は利かなくなります。あちこちが少しずつ悪くなり、病院が身近になります。それは自然の摂理。

それより、長く生きてきたたくさんの経験と、豊富な知識を生かしたほうが得策です。

●日常を見直す

下を見て歩いていませんか？ 背中を円くして座っていませんか？ 食事が早食いになっていませんか？

毎朝、空を見上げて背伸びをし、大きな関節を十分に動かします。浅く座り、背筋を伸ばして、深く呼吸をします。ゆっくりと、良く噛んで食べます。日常を、今のからだに合わせていくのです。それをスキーに生かしていったらどうでしょうか。

(2012/11/18)

# information

東京・関越B合同

今年もやります！

## 2013 Racing Camp in かたしな高原

日時:2013年1月12日(土)~14日(月)

場所:かたしな高原スキー場

コーチ:杵淵 隆(ダウンヒル元日本代表)

宿泊:ジョイフルいっちゃん

〒378-0413 群馬県利根郡片品村越本(字上而うわで)1246

TEL 0278-58-2348 FAX 0278-58-3975

費用:1泊2食:20,000円 1.5泊3食:25,000円

2泊4食:30,000円 2.5泊5食:35,000円

学生割引 大学生(専門学校生を含む)以下は上記参加費から4,000円引き  
(費用に含まれるもの:宿泊代、コーチ代、保険、交流会費)

締切:2012年12月20日(木)

★申込先 〒170-0013 東京都豊島区東池袋2-39-2 大住ビル402号  
東京スキー協 Racing Camp in かたしな高原 係(担当小川 洋)  
TEL・FAX 03-3971-4144

★問合せ 〒179-0084 東京都練馬区氷川台3-10-4 グラシオン・カーサ203号室  
小川 洋 TEL・FAX 03-3550-8909 携帯電話 090-8107-7716  
e-mail:y-ogawa@mva.biglobe.ne.jp

★振込先 郵便口座 00110-7-88004 (加入者名)東京都勤労者スキー協議会

※通信郵送分にパンフレットの  
同封あり (HPでも確認できます)

## 八幡平越年スキーのご案内

越年スキー実行委員会より

今シーズンの全国競技大会の会場です。下見にもどうぞ！

12月29日夜~1月3日朝

往復バス

参加費:55,000円(会員割引あり) ---宿泊代・バス代・スキー教室代等

2、3人で1部屋利用の場合1人6,500円増

※リフト券は団体で購入するので割安です

※宿は泉質の良い掛け流しの温泉、豪華な美味しい食事。

ゲレンデも空いている。雪室良好。

※通信郵送分にパンフレットの  
同封あり (HPでも確認できます)

## 東京ホームページ「加盟クラブ一覧」

広報局より

### リニューアルのお知らせ

東京 HP、「加盟クラブ一覧」のコーナーをリニューアルいたしました。

トップページの左側にメニュー URLは、<http://www.tokyoskikyo.org/club/tokyo.htm>

○加盟クラブのホームページのリンク、○クラブの日程案内(PDF)を掲載

※情報収集、クラブ間の交流のご参考にぜひご利用ください。

※クラブのホームページ情報、日程案内の原稿は随時募集しています。

お問い合わせ先、原稿の届先は、メールで広報局宛にお願いいたします。

## 12・1月のカレンダー

12月	東京スキー協	全国スキー協	1月	東京スキー協	全国スキー協
1日(土)		指導員中央研修会	1日(火)	越年スキー	
2日(日)		〃	2日(水)	〃	
3日(月)	山スキー委員会		3日(木)	〃	
4日(火)			4日(金)		
5日(水)			5日(土)		
6日(木)	常任理事会		6日(日)		
7日(金)			7日(月)		
8日(土)		山スキー部研修会	8日(火)		
9日(日)		〃	9日(水)	組織局会議	
10日(月)	編集会議		10日(木)		
11日(火)			11日(金)		
12日(水)	○教育技術局会議 ○組織局会議		12日(土)	かたしなレーシング キャンプ	山スキーリーダー 養成・研修会
13日(木)			13日(日)		
14日(金)		14日(月)			
15日(土)	関東B 初・中級		15日(火)		
16日(日)	指導員実技伝達		16日(水)	教育技術局会議	
17日(月)	通信発行	全国常任理事会	17日(木)		
18日(火)			18日(金)		
19日(水)			19日(土)	指導員研修会、	○山スキー入門教室 (かぐら)
20日(木)			20日(日)	養成レベルアップ	
21日(金)			21日(月)	編集会議	全国常任理事会
22日(土)	テクニカルフェスタ	スノーボード研修会	22日(火)		
23日(日)	(指導員研修会	〃	23日(水)		
24日(月)	含む)		24日(木)		
25日(火)			25日(金)		
26日(水)			26日(土)	舞子	スノーボードフェスタ 上級指導員講習会
27日(木)			27日(日)	ポールレッスン	
28日(金)			28日(月)	通信発行	
29日(土)	越年スキー		29日(火)		
30日(日)	(1/3まで)		30日(水)		
31日(月)	〃		31日(木)		