

山梨県スキー連盟 陸上トレーニングセミナー

アルペン部長 渡邊 雄三



1. 目的 山梨県スキー連盟に所属する、スキーヤー自身ならびに監督・コーチにも、冬活躍するためにどんなトレーニング必要か、また、不足しているかを実感してもらい今後のオフシーズンのトレーニングに役立ててもらおう。
2. 日時 平成29年10月8日(日)・9日(月) (2日間)
集合 9時
時間 両日9時～16時
3. 講師 飯島 庸一 (S-CHALLENGE)
4. コーチ 渡辺雄三アルペン部長・浅川勝正ヘッドコーチ
立川秀圭・長谷川順一
5. 持ち物 水分、タオル、着替え、トレーニングウェア、
トレーニング用シューズ (中履き・外履き両方用意してください)
*フィールドトレーニングシューズが好ましいようです!!
昼食は個人でご用意ください!
6. 場 所 双葉体育館 (甲斐市)
7. 参加資格 中学生以上
選手だけでなく保護者・コーチの方も是非参加してください!
8. 参加費 一日 一人 ¥2000円
10. 申込 県連アルペン事務局 MAIL (entry@sa-yamanashi.org) 宛てに
申し込みをお願いします! **8月30日(水)**までにご連絡をお願いします!

1日定員30名までになります。

ご不明な点は、アルペン事務局立川までご連絡ください。

立川 090-2940-3864