

【県連 軽井沢 早朝トレーニング】

参加人数は各チーム毎に人数に上限があります。参加予定の選手はお早めに申込をお願いいたします。

参加申し込み締切 10月31日

【日程】

11月14（月）フリー
15（火）フリー
16（水）フリー
17（木）フリー
18（金）フリー
19（土）フリー

【費用】（早朝貸切+経費） 別途、午前中のリフト券が必要な方はお申出ください。

大人 ￥5500 小学生 ￥5000

【宿泊】 ※宿泊が必要な選手は参加日程と合わせてお知らせください。男女別相部屋が基本となります。

民宿 浅見荘

住所 長野県北佐久郡軽井沢町長倉753-2 電話 0267-45-6118

宿泊費用

1泊食事なし ￥5830 税込

1泊夕食 ￥7480 税込

※上記の金額から全国旅行支援割引が適用されます。

チューンナップテーブル・バイスはこちらで用意します。必要なチューン道具を持ってきてください。

宿泊の選手は、日中の陸上トレーニングも行います。ジム・体育館・プール・グラウンドなど。

体育館シューズ・水着・ランニングシューズなど、忘れずにご用意ください。

【申込・問い合わせ】

日本大学明誠高校 橋本 拓

090-4921-5684

tak.1207@poem.ocn.ne.jp

【軽井沢早朝トレーニング 当日の流れ】

☆受付

プリンスグレンデ下無料休憩所付近 4時15分～4時30分間に受付をお願いいたします。
橋本がおりますので、ゼッケンと引き換えにお支払いをお願いいたします。

※宿泊をしているメンバーは、精算は宿にて行います。

☆早朝の時間は、全員、ゼッケンを着用して滑走していただきます。

☆コロナウィルス対策として、フェイスマスクなどの着用をお願いいたします。

☆当日、体調不良の場合は参加を取りやめてください。

☆当日、37.5°以上の場合は参加をご遠慮いただきます。

☆リフト乗車時はストックを股の下に挟まず、手に持って乗車してください。

☆他チームとの合同企画になりますので、他チームのコーチから何か指示があった場合は、従うようお願いいたします。

☆他チームの選手も大勢滑っていますので、接触や事故トラブルなどないようにお願いいたします。

☆スキー場駐車場は、AM2:00に開場予定です。

☆駐車場は、スキー場センターハウス前をご利用ください。プリンスホテル側は利用できません。

☆駐車場からプリンスコースへの移動は各自、歩いての移動になりますが、コテージ内を歩くため、就寝されている方のご迷惑にならないよう、ご配慮をお願いいたします。

☆早朝練習後、8時半～一般営業となりますが、リフト券が必要な方は事前にお申出ください。

4時間券をご用意いたします。大人¥3800（¥500保証金込）子供¥500（保証金のみ）

☆傷害保険は含まれません、各自ご加入の上ご参加ください。

なお、早朝練習はパトロールはおりません。各コーチが対応いたします。

☆宿泊の選手は早朝練習後、朝食を購入し、宿へ戻ります。その後、朝食。

その日より異なりますが、勉強タイム・トレーニングタイム・しっかりと1日のスケジュールを組み立てます。

シーズン初めの11月、これ以上ない安定したコンディションの軽井沢プリンスホテルスキー場で、しっかりと滑り込んでいきましょう！

天候・気温によりバーンコンディションが安定しないこともあります。なお、雨が降る可能性もありますので、雨具などのご用意もお願いいたします。

【申込み・問い合わせ】

日本大学明誠高校

橋本 拓

090-4921-5684

tak.1207@poem.ocn.ne.jp