

2025/26シーズン

冬は雪と遊ぼう！スノースポーツを楽しもう！

## 上伊那スキー・スノーボード教室



開催日

2026年1月17日(土)

場所

駒ヶ根高原スキー場



WEB  
申込

定員

100名

(スキー70名、スノーボード30名の先着順。定員になり次第、締め切ります。)

対象 上伊那に在住・在学・在勤の小学生から大人 (初心者から上級者まで)

参加費

受講料無料

※ただし、以下の個人負担金が必要です。

<個人負担金> 小学生2,000円 大人(中学生以上)3,000円

〈施設利用料：リフト1日券、昼食券、保険料込み〉

シーズン中に利用できるカレーの食券をお渡しします。

当日集金します。おつりのいらないようにご用意ください。※シーズン券、他の割引券は使用できません。

スキーセット1日(別途 小人3,700円を1,000円、大人4,600円を2,000円)、他小物等レンタル可。

講師 駒ヶ根スキークラブ所属 (公財)全日本スキー連盟 公認指導員等

申込 WEB申し込みまたはFAX 2026年1月10日(土)まで

駒ヶ根スキークラブホームページ <https://www.komagane-skiclub.com/>

クラブホームページの申し込みフォームに入力してお申し込みください。

又は裏面の申し込み書へご記入のうえFAXでの申し込みも可能です。

TEL & FAX 0265-96-7415 中アルプスリゾート駒ヶ根スキー学校

なお、電話でのお問い合わせは、12月20日以降にお願いいたします。

雨天、雪不足等で開催中止の場合は、当日 AM6:30 スキー場ホームページでお知らせします。

日程などの詳細、FAX専用の申込書は裏面をご覧ください。

主催/上伊那スポーツ振興協議会 (公財)全日本スキー連盟所属 駒ヶ根スキークラブ

後援/駒ヶ根市スポーツ協会 協賛/駒ヶ根高原スキー場 中央アルプスリゾート(株)

## 1 当日のスケジュール

(受付)	午前 7時45分～午前8時15分 <レストハウス2階> ※受付時間は厳守してください。
(開講式)	午前 8時45分～
(講習)	午前 9時00分～11時00分 2時間の講習です。
(閉講式)	午前11時10分
(解散)	午前11時30分頃
※注意事項	事業開催中における傷害については保険の範囲内とします。 また、応急の処置は行いますが、その後の責任は負いません。

## 2 レベル表(クラス分け、申込書記入の参考としてください。)

自分のレベルはどれかな？ 無理をしないで、今のレベルを選びましょう。

### ☆スキー

- ☆初心クラス・・・初めてスキーをする。ほとんど初めて(板をハの字にして止まれない)
- ☆初級クラス・・・板をハの字にして止まれるが、上手く曲がれない。
- ☆中級クラス・・・板をハの字にして止まり、曲がれる。(リフト乗車して滑れる)
- ☆上級クラス・・・板をそろえて滑れる。(もっと上達したい)

### ☆スノーボード

- ☆初心クラス・・・スノーボードが初めて。斜面で立てるが滑るのがまだ不安。
- ☆初級クラス・・・木の葉落としは出来るがリフトの乗り降りが不安。
- ☆中級クラス・・・ゆるい斜面でターンができる。
- ☆上級クラス・・・急斜面でターンができる。(カービングやトリックに挑戦したい)

-----キ-----リ-----ト-----リ-----

## 2025/2026 上伊那スキー・スノーボード教室申込書

氏名	性別	年齢	学年	電話番号	
フリガナ	男 ・ 女	歳	小・中・ 高 年	①自宅	- - -
				②緊急連絡先	氏名 (続柄)
住 所	受講希望コース(○を記入ください)				
(自宅)〒  上伊那在勤の方(会社名)	スキー・スノーボード  レベル： 初心・初級・中級・上級				

レンタルセットサイズ

### 用具のレンタルセット( 要 ・ 不 )

身長 \_\_\_\_\_ cm 靴のサイズ \_\_\_\_\_ cm

※その他のレンタルが必要な方はサイズ等に○をご記入ください。

レンタルウェア( L・M・S )1000円

小物類 ( 帽子・ゴーグル・手袋 )各500円

小学生から高校生の保護者の方は、同意の署名をお願いいたします

行事の注意事項等を確認し、同意しましたので申込みます。 保護者 署名 \_\_\_\_\_