

# 一般スキースクール キッズレッスン

## に入いませんか？

長岡市営スキー場では、SAJ公認スタッフによるスクールを開講しています。  
しかも！ スクール中のリフト代も入ってとってもお得なんです！  
さぁみんなで楽しくスキーしませんか？！  
お申し込み、お問い合わせはスクール窓口まで  
詳しくはスタッフにお気軽にお尋ねください。

開校日：土曜日、日曜日、祝日、年末年始

※キッズレッスンはリフト乗車しません

区分	一般(小学生以上)			キッズ(4~6歳の未就学児)	
	午前	午後	1日	午前	午後
受付開始	9:00	12:30	9:00	9:00	12:30
講習時間	10:00~12:00	13:30~15:30	午前・午後と同じ	10:00~11:30	13:30~15:00
講習料金	2,500円	2,500円	4,000円	2,000円	2,000円

さらにお得なレッスン回数券もあるよ！

**レッスン回数券 10,000円（5枚綴り）**

さらに上達を目指したい方は…**バッジテスト**も開催中！

**めざせ！ SAJ 1級！**

### <長岡スキースクールよりお願い>

当スクールでは、受講生のレベルに合わせてクラス分けをして、受講生にあった講習を行うよう心がけております。  
講習中は、受講生の安全を第一に考えて、無理のない講習をさせていただいております。  
このため、受講生が多い場合は安全確保のため人数を制限させていただく場合がございます。  
また、リフト乗車に関しましても、受講者の技術レベルに合わせて乗車の有無、乗車回数等を決定しております。  
ウィンタースポーツの楽しい思い出のため、皆様のご理解とご協力をお願い致します。

## ■一般レッスン

### 【受付場所】

第2リフト乗り場 無料休憩所内スキー学校

### 【受付時間】

午前 9:00 ~ 9:50

午後 0:30 ~ 1:20

※レッスン開始10分前まで

### 【レッスン内容】

#### ○レッスン時間

午前 10:00 ~ 12:00

午後 1:30 ~ 3:30

#### ○対象年齢

小学生以上 ※小学生未満の方はキッズレッスンを御利用ください

#### ○開催期間

スキー場営業日の土・日・祝日のみ（但し12/29~1/3は開催）

クラス	技術レベル	半日料金	1日料金
初級クラス	まったく初めて	¥2,500	¥4,000
	直滑降で滑れる		
	ハの字で滑れる		
	ハの字で回転できる		
中級クラス	平行ができる		
上級クラス	2級以上の技術レベル		

※料金にはレッスン中のリフト代、消費税が含まれています

## ■キッズレッスン

### 【受付場所】

第2リフト乗り場 無料休憩所内スキー学校

### 【受付時間】

午前 9:00 ~ 9:50

午後 0:30 ~ 1:20

※レッスン開始10分前まで

### 【レッスン内容】

#### ○レッスン時間

午前 10:00 ~ 11:30

午後 1:30 ~ 3:00

#### ○対象年齢

小学生未満 ※小学生以上は一般レッスンを御利用ください

#### ○開催期間

スキー場営業日の土・日・祝日のみ（但し12/29~1/3は開催）

クラス	技術レベル	半日料金
初級クラス	まったく初めて	¥2,000 (1日料金はありません)
	直滑降で滑れる	
	ハの字で滑れる	
	ハの字で回転できる	

※料金には消費税が含まれています

※キッズレッスンではリフトを使用しません。あらかじめ御了承ください。

# 【チャレンジ】 バッジテストを受けてみよう

スキーバッジテストは、ご自分のスキー技術の到達度を確認する一番簡単な方法です。

また、テストを受けるために練習したり講習を受けることにより、ご自分のスキー技術が向上するだけでなく、ほかの人へわかりやすくスキー技術を説明できるようになれるかもしれません。

簡単な申込で行うことができるので、検定を受けてご自分のスキー技術のスキルを磨きましょう。

検定は緊張するけど、合格すれば素敵なバッジと認定証がもらえます。

## ＜バッジテストの内容と各料金のご案内＞

級	検定種目	合格点 (各種目)	受検料 (受検のために必要)	公認料 (合格すると必要)	事前講習料 (合格の秘訣教えます)
1級	パラレルターン大回り(ナチュラル/急斜面) パラレルターン小回り(不整地/中急斜面) 基礎パラレルターン小回り(ナチュラル/急斜面) 横滑り(ナチュラル/急斜面)	70点	3,000円	3,000円 SAJ登録料 6,000円	2,500円 受検の年で1回
2級	基礎パラレルターン大回り(ナチュラル/中急斜面) 基礎パラレルターン小回り(ナチュラル/中斜面) シュテムターン(ナチュラル/中斜面)	65点	3,000円	2,200円	2,500円(任意) 受講することをお勧めします
3級	基礎パラレルターン(整地/緩中斜面) シュテムターン(整地/緩中斜面) ※講習内での検定となります。	60点	3,000円	1,800円	講習内検定のため不要
4級	プルークボーゲンによるリズム変化(整地/中緩斜面) ※講習内での検定となります。	55点	3,000円	1,300円	〃
5級	プルークボーゲン(整地/緩斜面) ※講習内での検定となります。	50点	3,000円	1,100円	〃

※事前講習料、受検料にはリフト代を含みます。

### 2018-19年の検定日

1月	27日(日)
2月	11日(月)、23日(土)
3月	2日(土)

申込は、検定日にスキースクール窓口にて受け付けます。

受付開始 9:00～ 事前講習 10:00～

## ■ バッジテスト

### 級別テスト (SAJ) 2018-19

#### ■ 検定日

1月	27日 (日)	
2月	11日 (月)	23日 (土)
3月	2日 (土)	

#### ■ 受付時間

1～5級 9:00～9:50 (1級受験者で事前講習修了証を持っている方、2級受験者の方は10:30まで。)

#### ■ 級別テスト受験資格

級別テストは年齢制限を設けない。受験者は希望する級を受験することができる。1級受験の方は、受付時に2級合格証を提示してください。(コピー可)

1級受験者はテスト受験時まで、事前講習(1単位2時間)を修了し、事前講習修了証により証明されること。ただし、講習修了証の有効期限は受験年度のみとする。(年度初回受験の際は事前講習受講が義務)

#### ■ タイムスケジュール

事前講習／講習検定(3～5級) 10:00～12:00 検定(3～5級)終了後おおむね30分以内に合格発表します。

検定(1・2級) 12:30～ 検定(1・2級)終了後、おおむね1時間以内に合格発表します。

※ 状況により開始・終了時間を30分程度遅らせる場合があります。

## ■ マスターズスキー教室

※詳細は「市政たより12月号」に掲載

### ○レッスン時間

午後 2:00 ~ 4:00

### ○対象年齢

おおむね50歳以上

### ○開催期間

1月17日から2月4日の毎週月・木曜（計6回）

### ○定員

40人

### ○料金

¥8,000 円

（※料金にはレッスン中のリフト代、消費税が含まれています）

## ■ジュニアスキー教室

※詳細は各小学校へ配布したチラシに掲載

### ○コース

土曜コース（午前コース）／（午後コース）

日曜コース（午前コース）／（午後コース）

### ○レッスン時間

午前コース 9：30 ～ 11：30

午後コース 1：00 ～ 3：00

（※レッスン時間にご注意ください）

### ○対象年齢

小学生

### ○開催期間

土曜コース 1月12日から2月2日の毎週土曜（計4回）

日曜コース 1月13日から2月3日の毎週日曜（計4回）

### ○定員

各コース50人

### ○料金

¥8,000 円

（※料金にはレッスン中のリフト代、消費税が含まれています）



## 2018-19 長岡スキー学校レッスンカレンダー

12月						
日	月	火	水	木	金	土
						一般・キッズ 22
一般・キッズ 23	一般・キッズ 24	25	26	27	28	一般・キッズ 29
一般・キッズ 30	一般・キッズ 31					

1月						
日	月	火	水	木	金	土
		一般・キッズ 1	一般・キッズ 2	一般・キッズ 3	4	一般・キッズ 5
一般・キッズ 6	7	8	9	10	11	一般・キッズ 土曜Jr 12
一般・キッズ 日曜Jr 13	14	15	16	マスターズ 17	18	一般・キッズ 土曜Jr 19
一般・キッズ 日曜Jr 20	マスターズ 21	22	23	マスターズ 24	25	一般・キッズ 土曜Jr 26
一般・キッズ 日曜Jr・検定 27	マスターズ 28	29	30	マスターズ 31		

2月						
日	月	火	水	木	金	土
					1	一般・キッズ 土曜Jr 2
一般・キッズ 日曜Jr 3	マスターズ 4	5	婦人 6	7	8	一般・キッズ 9
一般・キッズ 10	一般・キッズ 検定 11	12	13	14	15	一般・キッズ 16
一般・キッズ 17	18	19	20	21	22	一般・キッズ 検定 23
一般・キッズ 24	25	26	27	28		

3月						
日	月	火	水	木	金	土
					1	一般・キッズ 検定 2
一般・キッズ 3						