

スキー&スノーボード教室

平成26年12月29日(月)~30日(火)



©fumira



日本幼児体育連盟 栃木
遊遊冒険クラブ

★ 持ち物チェック表 ★

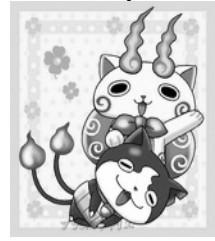
品名	数	備考	チェック
スキーウェア	一式	レンタルの方は 必要ありません	
スキー板・ブーツ・ストック	一式	レンタルの方は 必要ありません	
手袋・ニット帽・靴下（厚手のもの） ゴーグル・ネックウォーマー		手袋は毛糸の物は不可。靴下は予備も持参 ※中・上級の方は必ず持参してください	
スノーブーツ（長靴でもOK）		朝から履いてきて下さい	
洋服一式		行き帰りの服と、スキーの時に 着る服です。予備も。	
パジャマ・下着	1日分	予備も。	
タオル	2~3 枚	バスタオル 1枚 ハンドタオル 2枚	
洗面用具	一式	歯ブラシ・歯磨き粉	
上履き	1足	室内用	
ビニール袋	4~5 枚	汚れた洋服などを入れます	
常備薬		服用している方のみ	
弁当（一日目の昼）・飲み物		捨てられる容器で持たせてください 大きい荷物とは別にしてください	
おやつ	適度に	2つに分けて下さい 初日の分・2日目の帰りの分	
フレンチ	1つ	フレンチ交換用（500円程度） ※男女別で交換をします	
おこづかい	適度に	お土産やジュースなどを買います	
当パンフレット		保険証のコピーを添えて下さい （必須）	

※記名についてのお願い・・・毎回忘れ物が多数出ます。特に、ゴーグルや手袋・ニット帽、タオルや下着など細かい物にも名前を書いて下さい

趣旨 集団生活を通して自立心を養うと共に
友達作りをする

場所 会津高原 たかつえスキー場

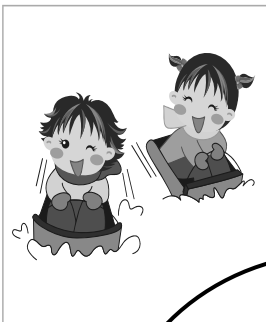
期日 12月29日(月)～30日(火)



【2日間の活動予定】

スキー

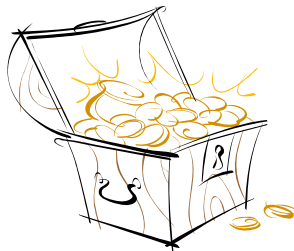
そり遊び



スノーボード



宝探し



ナイトゲーム

ビンゴ
&
プレゼント交換

健康調査表

下記の質問に、お答え下さい。

1. 最近1ヶ月以内に病気をしましたか？

(はい・いいえ)

(はい)と答えられた方は、病名をご記入下さい。

()

2. 乗り物に酔うことがありますか？

(はい・いいえ)

3. 薬を持参してありますか？ (はい・いいえ)

(はい)と答えられた方は、服用時間に○を付けてください。

一日目(昼・夜) 二日目(朝・昼)

4. 持病をお持ちですか？

(はい・いいえ)

(はい)と答えられた方は、病名をご記入下さい。

()

5. 夜尿症ですか？

(はい・いいえ)

(はい)の方は、何時頃に起こしますか？

() 時頃

上記の他に、気になる事がありましたら記入して下さい。

日本幼児体育連盟 評価基準表

		スキー	ボード
初 級	10級	片足スキーで歩ける 転ばずに歩けるようになる	片足をつけて 転ばずに歩けるようになる
	9級	両足スキーで歩ける 転ばずに歩けるようになる	スケーティング 片足をつけて滑る感覚が身につく
	8級	両足スキーで滑る なだらかな斜面を滑れる	横滑り 体重移動を使った滑りができる
	7級	両足スキーで滑る 少し急な斜面を滑れる	木の葉落とし ゆっくりと斜面で滑れる
	6級	ハの字から滑ってとまれる とまり方、力の入れ方を身につける	先落としから停止 ひとりでとまれるようになる
中 級	5級	ひとりで板の着脱ができる リフトの乗り降りがひとりで出来る	斜滑降からの山回り 後ろ足を使ったボード操作ができる
	4級	左右どちらかに曲がれる 曲がってとまれるようになる	停止から先落とし 停止→前足に重心移動ができる
	3級	プルークボーゲン 滑らかに滑れる	ギルランデ 連続先落としができる
上 級	2級	シュテムターン ハ→二の字のひきつけ	スライドターン 後ろ足を使ったターンができる
	1級	パラレルターン 両足を揃えて滑れる	カービングターン 流れるようなターンができる

名前 _____

緊急連絡先として、携帯電話をお持ちの方は、ご記入をお願いします。

—

—