

日帰りスキー、雪山体験 In 軽井沢



☆主催：ナユキスイミングクラブ内新ペンギン倶楽部

新ペンギン倶楽部のプログラムは
「ナユキスイミングクラブの会員以外の方も参加できます。他のスイミングにそのまま通いながら、ペンギン倶楽部のプログラムに参加してください」
スイミングに行っているお友達も、行っていないお友達も、みんな一緒に参加することができるのが、新ペンギン倶楽部です。ぜひ声をかけてあげてください。

ペンギン倶楽部は、一つのプログラムを楽しんで終わるのではなく、一つ一つステップを踏み、基本を学びながら成長していくことのできるプログラム設定となっています。その過程で、そのプログラムの技術を習得し、体力を養い、新しい仲間を作り、生涯を通して続けていける土壌を創ります。

例えば、スキーが初めての子は、まず、雪の持つ魅力を感じることから始まります。雪に親しみ遊ぶことで、雪の上を滑ることの楽しさや爽快感を知ることができます。そうすると、楽しいことをより求め、自ずとチャレンジしていきます。

そして、雪山での活動(スキーやそり)などを体験し雪山の楽しさを知ることができたら、スキーで滑降から停止(ターン)を学びます。滑ること止まることを覚えたら、子供たちは居ても立ってもいられません。もっとその楽しさを追求していきたくになります。

スキーでボーゲンができる子は、パラレルができることを目指します。パラレルが出来る子は、モーグルを代表とするフリースタイル、早さを追求するアルペン、一面雪景色の自然の中を散策するクロスカントリーなどへ発展させ、挑戦していきます。

冬のスキープログラム予定

日帰りスキー
雪山体験in軽井沢
1月26日

日帰りスキー
in GALA湯沢
2月11日

一泊二日越後湯沢
スキー合宿
3月1日～2日

三泊四日北海道
スキー合宿
3月29日～4月1日

このプログラムを行うに当たり、一番大切なことは「他者との勝ち負け」ではなく、「雪やスキーを楽しみ、もっとやりたい」と思えるように導くことです。

自然と一つになれるスポーツ(運動)は他者と競い合わなくても、誰もが等しく楽しさを感じることができます。上手な人だけでなく、初めての人も下手な人も、それぞれが楽しむことができるのです。一生涯を通じて、楽しむことのできるスポーツを身に付けて下さい。



子供たちが初めて何かにチャレンジする時、その小さな胸の中には大きな期待と同じく、大きな不安も抱えています。新しいフィールドでのチャレンジでも、参加者の体力、性格などを理解している、いつもの水泳コーチが引率とスキー指導をしますので、子供たちの不安を軽減させ安心してスキーにチャレンジすることができます。

◇ 目的

スキーの滑る楽しさ、雪と戯れる喜びなどを通じて、スポーツは競い合う物という概念にとらわれず、他の人に勝つこと以外のスポーツ文化を身に付けること。
自然の中でのスポーツ(スキー、スノーボード、サーフィン、山登りなど)は人と競い合わなくても、その自然と親しむことにより私たちに多くの物を与えてくれます。

◇ 場所 軽井沢スキー場

◇ 日時 平成26年 1月25日(土曜日)

◇ 集合 東京駅 銀の鈴前 8:10

◇ 行程

往路 東京駅発 8:36 あさま509
軽井沢駅着 9:45 シャトルバス 9:55発
ゲレンデ到着後靴合わせ、着替え、軽食 その後スキーレッスン
復路 ゲレンデ発15:20
軽井沢駅発 16:00 あさま534
東京駅着 17:12

◇ 解散 東京駅 銀の鈴前 17:30

◇ スキーレッスンと引率コーチ 丹羽良太 他2名 参加者数により変更します

◇ 参加定員 20名 (先着順 定員になり次第締め切ります)
お友達枠4名用意しました。お声をかけてあげてください。

◇ 最少催行人数 12名

◇ 対象 6歳 ~ (5歳以下のご参加はご相談ください)

◇ 持ち物 お菓子(少し)・ハンカチ・ティッシュ・スキー関係の物
[スキーウェア・アンダーウェア・グローブ・ゴーグル・ニット帽]
スキーは現地でのレンタルもありますが、自分の物を使用したい人は持って来て下さい。
レンタルウェアもあります。下記参照下さい。

◇ 申込方法 まず、下記アドレスまで仮申し込みをお願いします
sc.nayuki@gmail.com
その後、参加費のお振込みと文末申込用紙をご提出ください。
FAXでのお申し込みもお受けします。ご活用ください。
FAX:03-6434-0547

◇ 申込締切日 1月10日(金)正午

◇ 参加費 往復交通費。引率費。指導料。昼食が含まれています。レンタル関係は含まれていません。

	ペンギン倶楽部会員	会員の紹介がある場合	一般参加
小学生	15,750円(税抜き15,000円)	16,800円(税抜き16,000円)	17,850円(税抜き17,000円)
中学生以上	23,100円(税抜き22,000円)	24,150円(税抜き23,000円)	25,200円(税抜き24,000円)

ペンギン倶楽部会員とは

ナユキスイミングクラブ会員とご家族、クラブOB、短期講習会参加者、ペンギン倶楽部プログラム参加者(一度でもご参加いただくと会員となります)の方々です。



◇ レンタル関係

※レンタルグローブ、ゴーグル、スキーキャップはございません。各自でご用意ください。

	レンタルスキー	レンタルウェア
小学生	3,300円	2,000円
中学生以上	4,300円	3,000円

◇ キャンセルについて
取り消し料金は以下ようになります
1月15日~23日...参加費の40%
1月24日(前日)...参加費の50%
1月25日(当日) 参加費の100%

◇ 振込先 参加費と必要とするレンタル費用を一緒にお振込みください

みずほ銀行 青葉台支店 普通口座 2154213
株式会社ナユキスイミングクラブ

☆その他

①新ペンギン倶楽部のプログラムは、スイミングクラブに入っていないなくても誰もが参加できるものです。

「ナユキスイミングクラブの会員以外の方も参加できます。他のスイミングにそのまま通いながら、ペンギン倶楽部のプログラムに来てください」ペンギン倶楽部プログラムだけの参加歓迎です。お友達も一緒に参加することができますので、ぜひ声をかけてあげてください。

②事故などの補償は参加の際に加入する傷害保険の補償範囲が限度となります。

申込締切日は、1月10日(金)正午になります。

それまでに下記の申込書のご提出と参加費のお振込みをお願いいたします。

FAXでのお申込みもお受けします。ご活用ください。

FAX:03-6434-0547

振込先は

みずほ銀行 青葉台支店 普通口座 2154213
株式会社ナユキスイミングクラブ

キャンセルについて 取り消し料金は以下ようになります

1月15日～23日...参加費の40% 1月24日(前日)...参加費の50% 1月25日(当日) 参加費の100%

「日帰りスキー雪山体験申込書」

申込日()月()日

私は「日帰りスキー雪山体験」に参加いたしますのでここに申込みをいたします。(以下必ずご記入下さい)

本人氏名 _____ 保護者氏名 _____ 印

生年月日 西暦 _____ 年 _____ 月 _____ 日 年齢 _____

住所 _____ . メールアドレス _____

通常連絡先 _____ 緊急連絡先(通常連絡先以外) _____

参加費 _____ 円 振込日 _____ 月 _____ 日 振込名義 _____

スキー・スノーボードの実力(上級 ・ 中級 ・ 初級 ・ 初めて)

レンタル(スキー / スノーボード / ウェアー)

身長 _____ 靴のサイズ _____ 体重 _____

お子様(ご本人)の写真をクラブ内広報(印刷物に限る)に掲載しても (よい・よくない)

連絡事項(アレルギーがある場合は必ずご記入下さい)

参加動機