



# アルビレックス コンディショニングセミナー 2005 AUTUMN



9月23日(祝)

## スノーボーダーのためのスペーシングコントロール

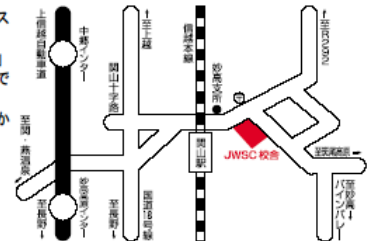
スノーボーダーにとって必要不可欠なスキルであるスペーシング(空間感覚)コントロールを身につけるためのトレーニングをミニトランポリンを使用して行ないます。

瞬間的な体のキレを高めたり、リカバリー能力を高めたり、前後動作・回旋動作の能力アップに必ず役立ちます。

- 時 間 AM10:00~PM16:00 (AM9:30 受付開始)
- 対 象 スノーボード競技を行う小学生・中学生・高校生並びに一般
- 定 員 50名 定員になり次第締め切ります。
- 会 場 妙高ふれあいパーク、全日本ウィンタースポーツ専門学校
- 受 講 料 一般2,000円 高校生1,000円 小・中学生500円  
受講料は当日会場にて徴収させていただきます。  
各都道府県スキー連盟強化指定選手等の参加は無料。  
参加者全員にチームオリジナルグッズを差し上げます。
- 講 師 飯島庸一(S-CHALLENGE TrainingProgramWorks 代表)  
全日本スキーチーム コンディショニングコーチ(ジュニア)  
<アシスタント> チームアルビレックス新潟所属選手ほか
- 服 装 トレーニングウェア、トレーニングシューズ(内履き・外履き)
- 運営協力 全日本ウィンタースポーツ専門学校
- 申込方法 申込用紙に必要事項を記入して、郵送あるいはFAXにてお申込下さい。
- 問い合わせ チームアルビレックス新潟  
コンディショニングセミナー事務局 山谷  
〒949-2219 新潟県妙高市原通76  
全日本ウィンタースポーツ専門学校内  
電話:0255-81-3131  
FAX:0255-81-3130  
E-mail [info@team-albirex.com](mailto:info@team-albirex.com)  
URL: <http://www.team-albirex.com/>

### 交通案内

- JR信越線関山駅からバス4分(原通郵便局前下車)
- 上信越自動車道「中郷IC」「妙高高原IC」から車で10分
- 国道18号線関山十字路から車で5分



切り取り

## スノーボーダーのためのスペーシングコントロール 参加申込書

氏名		TEL	( )
住所	〒 -	性別	男・女
		生年月日	昭和・平成 年 月 日
学校名 (学生の方)	立 高校・中学・小学校	学年 (学生の方)	年 組
所属		強化指定	スキー連盟

FAXで送信の場合は、申込書を切り取らずにこの用紙をそのまま送信ください。