

# 新幹線でスキーに行こう(2月はバス復活!!)

1月・3月のスキー教室は朝発で、往復とも新幹線を利用します。

2月スキー教室は中野区役所前から発着

往復とも貸し切りバスを利用します。

ゲレンデには元気なスキー仲間が待っています。

SAJ公認のスキー指導員が雪を楽しむ方法を教えます。

## 中野区スキー協会 2022-23年スケジュール

<input type="checkbox"/> <b>野沢温泉スキー教室</b> 雪とスキーと温泉を楽しみます。	
開催日	2023年1月7日(土)朝発 ~ 1月9日(月・祝)夜着
宿舎	ピュア長坂 (Tel.0269-85-2329)
参加費	35,000円程度 2泊4食(宿泊費、保険代、講習費)
募集定員	20名 (最低催行人数=8名)
対象	区内在住・在勤・在学生
交通機関	往復飯山駅までの新幹線と野沢温泉バス(交通費は各自となります)
申込み期間	12月6日(火)(1か月前の新幹線切符発売開始前日)まで 金子裕昭(Tel:090-8961-5658) E-mail: kyoushitsu-nsk@nakano-ski.com 宛てにお願いします!
<input type="checkbox"/> <b>志賀熊の湯シニアスキー教室</b> 緑色の温泉とゲレンデ直行の熊の湯ホテルをベースに。	
開催日	2023年2月22日(水)夜発 ~ 2月25日(土)夜着
宿舎	熊の湯ホテル(Tel.0269-34-2311)
参加費	49,000円程度 2.5泊5食(宿泊費、保険代、講習費、往復バス費)
募集定員	30名 (最低催行人数=10名 16名未満の場合は新幹線利用に変更予定)
対象	区内在住・在勤・在学生
交通機関	貸し切りバス(中野区役所前 22日(水)19:30発-25日(土)20:00着予定)
申込み期間	1月21日(土)(1か月前の前日)まで 岡崎滋(Tel:090-9961-3549) E-mail: kyoushitsu-nsk@nakano-ski.com 宛てにお願いします!
<input type="checkbox"/> <b>志賀一ノ瀬スキー教室</b> ゲレンデめぐりを楽しみます。	
開催日	2023年3月18日(土)朝発 ~ 3月20日(月)夜着
宿舎	ホテル一ノ瀬 (Tel. 0269-34-2802)
参加費	38,000円程度 2泊4食(宿泊費、保険代、講習費)
募集定員	20名 (最低催行人数=8名)
対象	区内在住・在勤・在学生
交通機関	往復長野駅までの新幹線と長電急行バス(交通費は各自となります)
申込み期間	2月17日(金)(1か月前の新幹線切符発売開始前日)まで 金子裕昭(Tel:090-8961-5658) E-mail: kyoushitsu-nsk@nakano-ski.com 宛てにお願いします!

□ 競技関連の行事 大会・練習会

第44回中野区民スキー大会 会場 本部宿舎 参加種目 参加費 参加資格 交通機関 申込み期間	2023年1月14日(土) 前日練習会 2023年1月15日(日) 区民大会 菅平高原スキー場 裏太郎グレンデ カモシカコース 北栄館(Tel:0268-74-2669) 回転競技(区民スキー大会)、 未定(中学生以下未定)実施要項に記載 区内在住・在勤・在学生、中野区スキー協会加盟団体会員 現地集合・解散 2022年12月11日(日)～2023年1月1日(日)
ポール練習会	2023年2月25日(土)～2月26日(日) 会場 菅平高原スキー場 実施日が変更されました。参加費未定、実施要項に記載。
城西五区親善スキー大会	2023年3月19日(日) 会場 菅平高原スキー場 前日練習会18日(土) 参加費未定、実施要項に記載。
問い合わせ・申し込み先	競技部:熊野哲久 Tel:090-5564-8122 Email: <a href="mailto:race@nakano-ski.com">race@nakano-ski.com</a> 詳細は中野区スキー協会ホームページ( <a href="http://www.nakano-ski.com">http://www.nakano-ski.com</a> )

□ その他の行事

級別テスト検定会・1級2級	2023年2月4日(土)～2月5日(日) 会場 菅平高原スキー場 4日午前午後前日講習、5日午前午後事前講習、事前講習後に検定会 受検料4000円・前日講習費4000円事前講習費4000円・保険費1000円 宿泊費と公認料は実費。受検希望者が1人以上ある場合に開催。 問合せ:金子裕昭(Tel:090-8961-5658)
指導者講習会	2023年2月4日(土)～2月5日(日) 会場 菅平高原スキー場 講習会 参加費6,000円 問合せ:高木麻理子(090-8562-2623) E-mail:kyoushitsu-nsk@nakano-ski.com
中野区小中学生冬休みスキー教室	冬休みの小中学生対象のスキー教室は、バスでの移動、現地での宿泊、集団生活でのコロナ感染防止の観点から、今年度も中止といたします。
中野区小中学生春休みスキー教室	春休みの小中学生対象のスキー教室は、バスでの移動、現地での宿泊、集団生活でのコロナ感染防止の観点から、今年度も中止といたします。  問合せ:ジュニア担当:岡崎滋 電話:090-9961-3549 E-mail:junior-nsk1@nakano-ski.com

中野区スキー協会の行事についてのお問い合わせは、  
中野区スキー協会・会長 石原 浩 Tel. 03-3386-3828 まで

# 新幹線でスキーに行こう(2月はバス復活!!)

1月・3月のスキー教室は朝発で、往復とも新幹線を利用します。

2月スキー教室は中野区役所前から発着

往復とも貸し切りバスを利用します。

ゲレンデには元気なスキー仲間が待っています。

SAJ公認のスキー指導員が雪を楽しむ方法を教えます。

## 中野区スキー協会 2022-23年スケジュール



## □ スキー教室等にご参加の皆様へ

・1月野沢温泉教室と3月志賀一ノ瀬教室は、朝発で往復とも新幹線と現地バスを利用します。出発日の朝、午前7時程度の東京駅発の新幹線に乗車します。最終日の夜東京駅帰着となります。野沢温泉教室は土日月祝の三連休に、志賀高原教室は土日月に2泊3日で行います。

行程は1日目飯山駅または長野駅下車、駅よりバスに乗車、現地に午前中に着です。最終日は定時までスキー。その後宿を出発し現地バスに、飯山駅、長野駅より新幹線、東京駅 19時から20時程度の帰着予定です。2つの教室とも往復の新幹線、バス等の交通費は参加者の負担となります。

・2月志賀熊の湯シニアスキー教室は、往復貸し切りバス利用で行います。中野区役所前から水曜日の19:30出発、現地ホテルに夜着して就寝。翌朝から3日間は全日スキー。最終日は定時までスキー。その後バスに乗車して出発。中野区役所前 20:00程度に到着予定です。往復のバス代は参加費に含まれています。

・スキー教室の用具等は現地でレンタルすることも可能です。申し込み時にご連絡ください。

・スキー教室は参加者の技術や志向等によってグループをつくり行います。指導員はグループごとに配当され、現地を案内しながら技術指導します。

・スキー教室の参加者には、参加費から保険をかけています。

・スキー教室へのお申し込みは E-Mail でも受けつけております。申込書と同じ内容のメールを [kyoushitsu-nsk@nakano-ski.com](mailto:kyoushitsu-nsk@nakano-ski.com) (中野区スキー協会教室受付)宛へお送りください。

・スキー教室等のキャンセル料は ~8日前：0円、 7日前～2日前：10,000円

1日前～当日：10,000円＋実費となります。ご了承願います。

・競技関連の行事については競技部：熊野まで問い合わせください。

・その他の行事については記載された連絡先まで問い合わせください。



### スキー教室等申込書

参加コースに○	野沢温泉	志賀熊の湯	志賀一ノ瀬
氏名	(男・女)		
ふりがな			
自宅住所	〒		
生年月日	大・昭・平	年	月 日 才
	電話 ( )		—
ご自分の技術に○印	初心	初級	中級 上級 (級別テスト 級を 年に取得)
貸しスキー希望の方	身長	cm、	スキーの長さ cm、 靴 cm