

2014 フィジカルトレーニングキャラバン

ジュニア・キッズ アルペン選手育成プロジェクト



サロモンレーシングでは、アルペン選手育成の為、フィジカルトレーニングのサポートを全国4エリア、7会場に分け開催します。アルペンスキーにおいて、オフシーズンのフィジカル面強化やスキートレーニングに繋がる動作を正確に習得する事が大切です。

「2014 フィジカルトレーニングキャラバン」では、2段階のステージに分け、サロモンレーシングチームのトップ選手強化で得たノウハウを総合的にフィードバックしていきます。全会場、サロモントップチーム選手も参加する予定です。



1stステージ

内容 ・SALOMON パフォーマンステスト (SPT) ・動きの機能を高めるフィジカルトレーニング
従来よりも内容をコンパクトにした新パフォーマンステストでオフトレの課題を発掘。昨年に比べ、よりフィジカル強化トレーニングを多くしたプログラムを展開します。

① 関東甲信越エリア 6月28日(土)～29日(日) (1泊2日) 集合・受付 AM8:00 (宿泊先)

会場：長野県菅平高原 宿泊先：山光館 住所：長野県上田市菅平高原
宿泊費：1泊3食 8,000円 *28日昼食は各自ご持参ください。 申込締切 6月20日(金)

② 西日本エリア 7月12日(土)～13日(日) (1泊2日) 集合・受付 AM8:00 (宿泊先)

会場：滋賀県マキノ高原 宿泊先：ペンションマキノ 住所：滋賀県高島市マキノ町石庭 229-1
宿泊費：1泊2食 8,100円 *両日とも昼食は各自ご用意ください。 申込締切 6月30日(月)

③ 東北エリア 7月19日(土)～21日(月・祝) (2泊3日) 集合・受付 AM9:00 (宿泊先)

会場：宮城県加美町 宿泊先：黒田旅館 住所：宮城県加美郡加美町字町屋敷一番 44-1
宿泊費：1泊3食 小学生 7,000円 中学生以上 8,000円 *19日昼食は各自ご持参ください。 申込締切 6月28日(金)

④ 北海道エリア 7月29日(火)～31日(木) (2泊3日) 集合・受付 PM12:00 (宿泊先)

会場：北海道士別市 宿泊先：甲州屋旅館 住所：北海道士別市西二条 7
宿泊費：1泊3食 8,000円 *29日昼食は各自ご持参いただくか、集合までに済ませてください。 申込締切 7月14日(月)



2ndステージ

内容 ・SALOMON パフォーマンステスト (SPT) ・滑りを意識したパフォーマンストレーニング
斜面を利用したり、ブーツを着用する事で、滑走姿勢や体軸をより意識し、オフトレで培ったフィジカルパフォーマンスを雪上パフォーマンスに変換していく為のファンクショナルモーション (機能的動作) トレーニングを実施。

⑤ 東北エリア 8月30日(土)～31日(日) (1泊2日) 集合・受付 AM8:00 (宿泊先)

会場：岩手県八幡平市 宿泊先：八幡平リゾートホテル 住所：岩手県八幡平市八幡平温泉郷
宿泊費：1泊3食 小学生 7,000円 中学生以上 8,000円 *30日昼食は各自ご持参ください。 申込締切 8月15日(金)

⑥ 関東甲信越エリア 9月6日(土)～7日(日) (1泊2日) 集合・受付 AM8:00 (宿泊先)

会場：長野県野沢温泉村 宿泊先：やすらぎの宿白樺 住所：長野県下高井郡野沢温泉村大字豊郷 9521
宿泊費：1泊3食 8,000円 *6日昼食は各自ご用意ください。 申込締切 8月22日(金)

⑦ 西日本エリア 9月20日(土)～21日(日) (1泊2日) 集合・受付 AM8:00 (宿泊先)

会場：長野県白馬村 宿泊先：山万旅館
宿泊費：1泊2食 8,000円 *両日昼食は各自ご用意ください。 申込締切 9月1日(月)



*西日本エリアではありませんが、サロモン西日本担当西澤コーチのベースである白馬五竜で開催予定です。
都合により、開催場所の変更がある可能性があります。

★全会場、宿泊者以外の昼食を準備する事はできませんので、各自ご用意ください。

★上記宿泊費以外に別途講習参加費が必要となります。

- ◆コーチングスタッフ : 飯島 庸一 (サロモンレーシングチームトレーナー・S-Challenge 代表) 金田 健 (サロモンレーシングスタッフ)、各地区サロモンスタッフ
- ◆講習参加費 : Jr/A/C ランク - 1日 3,000円, M/J ランク - 1日 4,000円, 一般 - 1日 5,000円 共通経費 1会場につき 1,000円
- ◆持ち物 : トレーニングシューズ (屋外・屋内)、ドリンク用ボトル、キャップ、タオル、入浴用品、筆記用具、医薬品、他個人的に必要なトレーニング用具、宿泊用具、可能な方は携帯電話かデジカメ、スキーブーツ&ストック (2nd ステージのみ)
- ◆保険 : イベント保険に加入しますが、各自で必ず傷害保険に加入してください (申込書に記入)
- ◆その他 : 一部日程参加の質問は金田までお問い合わせください。
人数多数の場合は、制限する場合があります。メールにて連絡します。
前泊を希望される方の対応も受付けます。
- ◆連絡事項 : 夕食後、映像等を使ったミーティングを行う予定です。宿泊する事をお勧めします。
コーチ・保護者の方々も是非ご参加ください。
- ◆申込み方法 : 裏面申込書に必要事項を記入の上、FAX もしくはメールにてお申し込み下さい。
- ◆連絡先・問い合わせ先 : サロモンレーシングスタッフ 金田 健 090-9358-5488 メール info@team-sdb.com

主催 アメアスポーツジャパン株式会社 サロモン事業部 (担当: 田口 龍児)