

# SAGスキークラブU18 月間予定表(1月)

内容	月	火	水	木	金	土	日
1週目							1日
TR名 会場 時間 指導者							
2週目	2日	3日	4日	5日	6日	7日	8日
TR名 会場 時間 指導者		冬季雪上 ほおの木 8:00~15:00 連盟コーチ	冬季雪上 ほおの木 8:00~15:00 連盟コーチ	冬季雪上 ほおの木 8:00~15:00 連盟コーチ		冬季雪上 ほおの木 8:00~15:00 連盟コーチ	冬季雪上 ほおの木 8:00~15:00 連盟コーチ
3週目	9日	10日	11日	12日	13日	14日	15日
TR名 会場 時間 指導者	冬季雪上 ほおの木 8:00~15:00 連盟コーチ		前日トレーニング ほおの木 連盟コーチ	全中予選GS ほおの木 連盟コーチ	全中予選SL ほおの木 連盟コーチ	冬季雪上 ほおの木 8:00~15:00 連盟コーチ	冬季雪上 ほおの木 8:00~15:00 連盟コーチ
4週目	16日	17日	18日	19日	20日	21日	22日
TR名 会場 時間 指導者						冬季雪上 ほおの木 8:00~15:00 連盟コーチ	冬季雪上 ほおの木 8:00~15:00 連盟コーチ
5週目	23日/30日	24日/31日	25日	26日	27日	28日	29日
TR名 会場 時間 指導者						冬季雪上 ほおの木 8:00~15:00 連盟コーチ	冬季雪上 ほおの木 8:00~15:00 連盟コーチ

## ★連絡事項

\*新型コロナウイルス感染症に関する対策、お願いは別紙を確認してください。

### 1 冬季雪上について

#### 【ほおの木日程】

7:30 駐車場内にある乗鞍バスセンターに集合

8:00~15:00 雪上トレーニング \*平日は8:30~15:00

持ち物は郡上と同様です。現地ではウォーミングアップをしてからリフト乗車をしますので、必ずランニングシューズで集合してください。

11日は全中予選前日トレーニングを行います。

時間については後日連絡いたしますので、よろしくお願いいたします。

12日全中予選GS、13日は全中予選SLになります。

ウォーミングアップは行いませんので、コーチの指示に従ってください。

2 かげ症状や、のどの痛み等、少しでも体調不良がある場合は参加を控えてください。

現在、高山市の感染者数は高い水準です。感染の状況によっては急遽中止と判断せざるを得ないこともあります。その場合、HPとビジネスLINEでの周知となりますのでご承知おきください。