

スキー&ゆる体操 ダブルレッスン

スキー&ゆる体操両方の正指導員の資格を持っているのは他のスクールにはいません！是非一度体験してみてください。

スキーで疲れた身体を心身ともにリフレッシュしていただくこと
身体を楽に使えるようにすることでスキーの上達を目指す
それぞれの目的にそって丁寧にゆったり楽しくレッスンしたいと思います

記

日 程： 2019年 1月10日(木)11日(金)
1月31日(木)2月1日(金)
2月28日(木)3月1日(金) 一日でも可

場 所： 八海山麓スキー場

対象者： すべてのスキーヤー

講習料： 1日のみ参加(リフト代込み) 10,000円
2日参加(リフト代込み) 20,000円

練習内容： 9:30~10:00 ゆる体操 10:00~11:30 スキー講習
13:30~14:40 スキー講習 14:45~15:45 ゆる体操
9:30 開始させていただきます その前に受付にお越しく下さい

☆ 時間配分は目安です。

☆ ゆる体操の時はブーツを脱いで楽なスタイルでやります)

担当 豊野 美佐子 《資格》 SAJ スキー正指導員・B級検定員
NPO 法人日本ゆる協会公認ゆる体操正指導員初級4thGrade

お早めにメールまたは電話にてスキースクールにお申し込みください

(上記日程以外にご希望の方、3名以上で受け付けますのでお問合わせをお願いします)

八海山麓スキースクール TEL 090-1436-3860

E-mail: info@hakkaisanroku.com

定員 10名 (定員になり次第しめきりとさせていただきます)

申込書

住所：	TEL：
氏名：	年齢：
スキーのレベル・指向・希望	ゆる体操の経験・リフトシーズン券の有無