

元モーグルワールドカップ選手 桑原竜司 スペシャルコブキャンプ 2日間コース

元モーグルナショナルチームで、数々のワールドカップを転戦してきたコブ王子「桑原竜司」によるコブ攻略キャンプ。基礎・モーグルなどあなたのスキーの指向性は問いません。
とにかく、より合理的にスムーズに簡単にコブを滑るためのスペシャルな2日間です。

開催日時：全3回 開催予定
1回目、2016年4月23日(土)～24日(日)
2回目、2016年4月30日(土)～5月1日(日)
3回目、2016年5月7日(土)～8日(日)
1日4時間×2日間（午前2時間、午後2時間）

開催場所：かぐらスキー場
新潟県南魚沼郡湯沢町三俣742



当日受付場所：みつまたロープウェー下車 50m みつまたスキーセンター内
「かぐらスキースクール」受付へお越しの上、8:30～9:30までに受付をお済ませください。

参加費：2日間 18,000円（リフト代別・各自で必ず傷害保険にお入りの上お申し込みください）

申込先：かぐらスキースクール info@kagura-ss.jp

表題に「桑原竜司スペシャルキャンプ申込」と明記の上、本文に、参加日程、コース、何名様でお申込みかと、お名前、性別、年齢、住所、電話番号、級や資格保持者はその種類をご記入のうえ、**メール**にてお申し込みください。

申込締切：定員(10名)になり次第次第終了（メールもしくは電話で確認のご連絡をいたします）
問合せ先：080-9207-4601

参加対象：SAJ2級程度以上の腕前で、中斜面で連続した小回りの出来る方

レッスン内容：（桑原竜司よりメッセージ）

スキーヤーのジャンルを問わず、コブ滑走が苦手な方から、滑れるけれどもっと上手に滑りたいという方まで、満足して頂けるような内容のレッスンを行います。
コブを得意とするモーグル ナショナルチームの選手も、いきなりコブに入り練習を行うのではなく、まず整地でコブ滑走に必要なかつ重要な、スキー操作・ポジションの意識を練習し、それからコブの練習に移行するという反復練習を行います。
その過程を参加者の皆様に体験して頂き、不整地が苦手な方でも、不整地の中でラクで楽しい、コントロールした滑走を出来るようなレッスンになります。
レッスン中はビデオ撮影も行い、客観的な視線からも技術向上を行え、座学も交えたプログラムになります。
（※天候や参加者により、多少内容変更の可能性あります）

1日目：コブの滑走に必要なポジション・スキー操作を整地から練習し、コブの中への連動をスムーズにできるようにします。主に谷足加重・目線・上半身の意識

2日目：前日の復習をし、さらに応用編にもチャレンジをしていきます。

コブ斜面では、吸収動作の練習をし、コブ斜面で安定したスキー操作を行えるようにします。