

2023 強化合宿 2 のレポート

(2024 年 2 月 9 日-10 日、2 月 24 日-25 日)

／担当理事：三浦は、鈴木、前田)

強化合宿2を実施しました。アルペン、ノルディックともに、プロコーチ、県連専門委員等によるコーチング・充実した内容で、シーズン中盤のレベルアップに向けた実戦トレーニングができました。

■日にち

アルペン： 令和6年 2月 9日（金）～令和6年 2月10日（土）

ノルディック： 令和6年 2月24日（土）～令和6年 2月25日（日）

■会場

アルペン： 鹿沢スノーエリア（群馬県）

ノルディック：白馬クロスカントリー競技場（長野県）

■内容

アルペン：プロコーチによるゲート(旗門をセットしたコース)を使ったレッスンを受け、最新かつ実践的な技術を強化しました。

ノルディック：日本スポーツ協会のスキーコーチ、神奈川県スキー連盟専門委員によるレッスンを受け、雪上でのノルディック固有のバランス感覚の取り戻し、スケーティング技術を強化しました。

■各会場の様子

2/9 鹿沢会場

<アルペンのゲートトレーニング>



2/10 鹿沢会場

<アルペンのゲートトレーニング>



2/24 白馬会場

<ノルディックのトレーニング>



2/25 白馬会場

<ノルディックのトレーニング>



