

福井県連アルペン「オフトレーニング会 9月」

- | | | |
|----|--------|--|
| 1 | 目 的 | シーズンへ向けて、基礎体力・基礎技術を身につける |
| 2 | 期 日 | 令和7年9月23日（火）秋分の日
9時30分～12時00分 |
| 3 | 場 所 | 大野市ふれあい公園 北側駐車場（活動エリアを設けます）
駐車は北側駐車場
（雨天の場合）大野高校 室内練習場・武道場 等
駐車は南側（定時制校舎 横） |
| 4 | 対 象 | 福井県内アルペン選手（小・中・高校・大学生・一般対象） |
| 5 | コ ー チ | 阪井幸人 他 アルペン強化委員 |
| 6 | 参 加 費 | 無料 |
| 7 | 持 ち 物 | 汗拭きタオル・飲み物・古いストック（ストックワーク、ポールランニング、インラインスケートで使います）
薄い手袋（インラインスケート時の防具として利用）
※インラインスケート、防具、持っている方はご用意ください。
※雨天時でも、インラインスケートは大野高校の室内通路で実施します。 |
| 8 | 内 容 | コーディネーショントレーニング・球技・体力づくり
インラインスケート・ポールランニング 等 |
| 9 | 申し込み | 不要 |
| 10 | 保 険 等 | 各自の責任において、障害保険等に参加する事
※練習会中に発生したいかなる怪我、事故、損害については、
本連盟では一切の責任を負いません。また、発生した怪我や
事故については、自己の責任で対応するものとします。 |
| 11 | そ の 他 | インラインスケート・防具（膝、ヘルメット）大野高校スキー部の
道具を借りすることができます。（数の限りあり） |
| 12 | 問い合わせ先 | 阪井 幸人 TEL 090-3299-7441
Mail sakachan@angel.ocn.ne.jp |