

申込方法	デジエントリー (PC・携帯・オペレーター)	X	事務局 窓口のみ	X
行事番号	—		強化事業No. 1	

アルペン陸上トレーニング① パフォーマンステスト

＜記載事項以外の詳細は、決定次第HPでお知らせいたします＞

主催	(一財)東京都スキー連盟
主管	(一財)東京都スキー連盟
期日(予定)	2024年10月・11月予定 2025年6月、7月(日程未定)
会場	ホームページにて公示する
日程等 (予定)	
申込方法	
参加費	
参加人員	60名程度
参加資格	中学生・高校生小学校5年生以上のSAT競技者登録選手 各種目(アルペン種目以外も可)
内容	<ul style="list-style-type: none"> ・トップレーサーに必要な総合的な基礎体力(パフォーマンス)のテストを行う。 ・アプリを利用することで、自分の現在位置を「より身近に、より見える化」して、トレーニングへの動機付け、プログラム作成に繋げる。 ・選手がトレーニングに関する知識、多角的な体力要因について把握出来る様、指導する。
コーチ (予定)	SAT専属コーチ、SAT専属トレーナー、SAT専門員
その他	<p>(1) 傷害処置については、主催者は応急手当を行うがそれ以降責任を負わない。</p> <p>(2) スポーツ傷害保険またはこれに準ずる傷害保険に必ず加入していること。</p>

申込方法	デジエントリー (PC・携帯・オペレーター)	X	事務局 窓口のみ	X
行事番号	—		強化事業No. 2	

アルペン陸上トレーニング② サマーワークアウト

＜詳細は、開催日程に1か月程度前にHPにて正式要項を公示＞

主催	(一財)東京都スキー連盟
主管	(一財)東京都スキー連盟
期日(予定)	2024年 9月 1日(日) 2025年7月(日程未定)
会場	海の森水上競技場
日程等 (予定)	ホームページにて公示する
申込方法	
参加費	
参加人員	
参加資格	小学校5年生以上のSAT競技者登録選手 各種目(アルペン種目以外も可)
内容	<ul style="list-style-type: none"> ・トップレーサーに必要な総合的な基礎体力のトレーニングを行う。 ・トレーニングにおける正しい体の使い方や栄養学などの講義も実施する。 ・選手がトレーニングに関する知識、多角的な体力要因について把握出来る様、指導する。
コーチ (予定)	SAT専属コーチ、SAT専属トレーナー、SAT専門員