

～ジュニア世代のための～

“スキーを知る” “世界を知る” オンラインセミナー

スキーを愛する子供たちに、シーズン締めくくりとして、オンラインセミナーを開催します。日替わりで、日本や世界で活躍した方々に話を頂きます。中でも今回は特別講師として、今シーズン全日本選手権チャンピオン湯浅直樹選手を迎え、湯浅直樹選手が考える技術論を中心に話を頂きます。また、いままで知らなかった連盟のしくみや、競技スキーのルールなども分かりやすく説明を致します。選手だけでなく保護者の方々にも大切な内容となっております、スキーを振り返る、そして次のシーズンにしっかり目標が持てる、そんなセミナーになればと考えています。参加申し込みの必要はありません、どなたでも参加できます、たくさんのご参加お待ちしております。

参加方法（アクセス方法）

アクセス方法（ZOOM）

URL：トピック：ジュニア世代のオンラインセミナー

第1回～第5回まですべて同じURL（下記）にて実施いたします。

<https://us02web.zoom.us/j/85387389548?pwd=UExUOXZQR25Dd0JZT3NwQS9zY1VBQT09>

ミーティング ID: 853 8738 9548

パスコード: 732012

ご都合が悪い方へ

すべての講義を録画致しますので後日閲覧が可能です。

詳細については、後日東京都スキー連盟ホームページにてお知らせさせていただきます。

タイムスケジュール

日時	講師	内容
第1回 5月17日(月) 19時～20時	講師：清澤 恵美子 (神奈川県出身、全日本選手権優勝、アジア大会にて金メダル獲得、ワールドカップ44戦出場、世界選手権に2度出場)	テーマ『チームビルディング』 『次のシーズンにむけて』 『2021JOCを振り返り、全国で戦える技術とは』
第2回 5月18日(火) 19時～20時	講師：田中 学 (一財)東京都スキー連盟 競技本部強化企画部長 講師：金子 信太郎 (公財)神奈川県スキー連盟 ジュニアユース強化ヘッドコーチ	テーマ『連盟の役割、考え方』 『チームビルディング』 『保護者の関わり』 『大会に参加する事とは』 『競技ルールについて』
第3回 5月24日(月) 19時～20時	講師：梅原 玲奈 (全日本選手権・アジア大会等のタイトル獲得、スキークロスで平昌オリンピックに出場)	テーマ『東京からオリンピック出場へ』 『クロス選手だから伝えられる パラレルレースのスタート・ 斜面変化の対応方法について』
第4回 5月26日(水) 19時～20時	講師：井上 優 元SAJデモンストレーター 講師：頼光 一太郎 SAJデモンストレーター	テーマ 『前傾の作り方(足首の柔軟性と重要性)』 テーマ 『オフトレーニング・パフォーマンステストの必要性について』 『今後の予定等』
第5回 5月31日(月) 19時～20時	講師：湯浅 直樹 (2006年のトリノオリンピックでは、回転で日本にとって50年ぶりの7位入賞を果たす、2011年のアルペンスキー世界選手権で6位に入り、日本人では2人目となるオリンピックと世界選手権両方での入賞を果たした)	テーマ『これであなたも湯浅直樹だ!!』 心、技、体、道具、環境、人間関係 それぞれの観点から、湯浅直樹を 深掘りしていきます!