

1年生スポ健 スキー実習



平成30年1月30日(火)~2月2日(金)まで、スポーツ健康科学科の1年生が野外集中実習として、長野県戸隠高原にて、スキー実習を行います。

本日 6:15 に予定通り学校を出発しました。

12:00 頃に梓川SAで昼食をとりました。



渋滞の影響で到着が1時間遅れとなりましたが、14:00 頃に無事、宿舎に到着しました。

本日の予定は

14:00	スキー学校開校式
14:15~16:15	講習①
17:00	入浴
18:30	夕食
19:30	講話
22:00	消灯

となっております。

本実習では、スキー技術の習得・向上に取り組む中で、スポーツを生涯愛好する心を高め、スキー場で体験できる多くのことを経験する予定です。

また、最終日には講習の成果としてアルペンスキーの技能テストであるバッジテストを受検します。

怪我や体調に留意し、全員がバッジテストに合格できるよう、有意義な実習にしていきます。