

テレマークお試しレッスン時間割

時間	講師・テーマ	A班 野村 ^{せんせい}	B班 古澤 ^{せんせい}	C班 安池(真) ^{せんせい}	D班 安池(直) ^{せんせい}
1 コマ目	10:00~11:30	初級者向けレッスン	楽しく、楽しくに 見えるテレマーク (プラープーツ編)	カービンターンに トライ!	徹底分解! ロンターン
2 コマ目	12:30~14:00	内足・外足 の軸の作り方	楽しく、楽しくに 見えるテレマーク (草靴編)	キレてる? カービンターン	限界に挑戦! ショートターン
3 コマ目	14:30~16:00	圧を抜かない切替	初級者向けレッスン	テレマークを ラフ斜面攻略!	体幹パレルターン からのテレマーク

- ・開始時刻は前の班の進捗によって若干遅れてしまう事があります。
- ・参加人数によって内容が変更になる場合もあります。
- ・シールをお持ちの方は念のために持って来て下さい。