



## 1/13(土) テレマークお試しレッスン時間割

時間	講師・テーマ			
	A班	B班	C班	D班
	安池せんせい	大庭せんせい	塩見せんせい	野村せんせい
1コマ目 10:00~11:30	正しいテレマークポジション 安定した滑りを身につけましょう!	一本杖に挑戦!	ブルーモリスの試乗 やまぼうし付近にて	初級者向けレッスン
2コマ目 12:30~14:00	カービングターンその1 板の性能を積極的に引き出す方法!	一本杖に挑戦!	突然レッスン 何が出るかな?	内足・外足軸の作り方
3コマ目 14:30~16:00	カービングターンその2 谷回り重視、連続ターンに挑戦!	一本杖に挑戦!	ブルーモリスの試乗 やまぼうし付近にて	圧を抜かない切替

ゲレンデ最下部にある『レストランのりくら』前集合（開始30分前より受付開始）

1コマ/500円

参加人数、顔ぶれによって内容が変更になる場合もあります

4人のせんせいがお待ちしています!  
一緒に楽しく滑りましょう 