

2016

エンジョイ エイジング シニア スキースクール

in 奥州市/越路スキー場

受講日	【1月】 6日(水)、*13日(水) 20日(水)、27日(水) 【2月】 *3日(水)、10日(水) 17日(水)、*24日(水) 【3月】 2日(水)、5日(土) *印は特別講師によるレッスン
受講時間	AM 10時～11時45分 PM 13時～14時45分
受講料	1日(4時間) 3,000円 半日(2時間) 2,000円 3日コース 7,500円 5日コース 12,500円 7日コース 17,500円 8日コース 20,000円



1939 ~ 2016
年齢を楽しむ!!

スキーレッスン&ガイド
コーディネーター 菊池 隆

◇一般公益財団法人 全日本スキー連盟 認定 功労指導員
認定 名誉検定員
◇公益財団法人 日本体育協会 公認 上級スキー教師

◇1939～2016

「年齢を楽しむ」 菊池 隆の

エンジョイ エイジング シニア スキースクール

※レッスンは基本をベースにシンプルなカリキュラム
&
オールラウンドなスキーイングを目指します!!
※スロートレーニングとロングクルージング
&
確かなステップアップを体感していきます!!

上達のキーワード

※基本技術の反復練習は、体力の強化と上達を約束します。
※正しい基本技術の理解は、質の高いスキーイングと感動や楽しさが得られます。

年齢を楽しむ

※エンジョイ エイジング スキーは生涯スポーツとして「心身の健康」と「体のバランス」維持に最高のスポーツです。それは日常生活を豊かにします。

雪上でお会いしましょう☆

2016年
カレンダー

1月						
日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

2月						
日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29					

3月						
日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

事務局:奥州市越路スキー場内

担当:高橋(0197-39-2105)

菊池 隆(090-1068-1415)

