

申込方法	デジエントリー (PC・携帯・オペレーター)	×	事務局 窓口の	×
行事番号	—		強化事業No. 1	

アルペン陸上トレーニング サマーワークアウトセミナー

＜詳細は、開催日程に1か月程度前にHPにて正式要項を公示＞

主催	(一財)東京都スキー連盟
主管	(一財)東京都スキー連盟
期日	2021年 9月19日(日)、9月20日(月) 予定
会場	未定
日程等 (予定)	決定次第公示する
申込方法	正式要項を参照
参加費	4,000円/2日間 (2,000円/1日のみ) 1日のみ参加も認めるが、出来るだけ2日間通して参加すること。
参加人員	100名(予定)
参加資格	各種目(アルペン種目以外も可)の強化・育成指定選手、その他の募集については未定 (新型コロナの状況等による)
内容	【実技】・パフォーマンステストの具体的フォローアップ。 (トップレーサーになるために必要な基礎体力の向上) ・オフシーズンの効果を最大限に繋げるトレーニングメニューの提供。 【座学】・栄養、ルール、強化行事等の説明(アルペンコンペティションセミナー)
トレーナー	清澤恵美子SATコーチングディレクター、SATコーチ、SAT専門員
その他	(1) 傷害処置については、主催者は応急手当を行うがそれ以降責任を負わない。 (2) スポーツ傷害保険またはこれに準ずる傷害保険に必ず加入していること。