

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

アルペン陸上トレーニング① パフォーマンステスト

＜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(予定) | 2023年10月1日(日)・11月予定 2024年6月、7月(日程未定) |
| 会場 | 神奈川県立スポーツ会館 2024年は会場未定 |
| 日程等 (予定) | ホームページにて公示する |
| 申込方法 | |
| 参加費 | |
| 参加人員 | 60名程度 |
| 参加資格 | 中学生・高校生小学校5年生以上のSAT競技者登録選手 各種目(アルペン種目以外も可) |
| 内容 | <ul style="list-style-type: none"> ・トップレーサーに必要な総合的な基礎体力(パフォーマンス)のテストを行う。 ・アプリを利用することで、自分の現在位置を「より身近に、より見える化」して、トレーニングへの動機付け、プログラム作成に繋げる。 ・選手がトレーニングに関する知識、多角的な体力要因について把握出来る様、指導する。 |
| コーチ (予定) | SAT専属コーチ、SAT専属トレーナー、SAT専門員 |
| その他 | <p>(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。</p> <p>(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。</p> |

| | | | | |
|------|---------------------------|---|-------------|---|
| 申込方法 | デジエントリー (PC・携帯・オペレーター) | X | 事務局 窓口のみ | X |
| 行事番号 | — | | 強化事業No. 2 | |

アルペン陸上トレーニング② サマーワークアウト

＜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(予定) | 2023年9月24日(日) 2024年7月(日程未定) |
| 会場 | 海の森水上競技場 |
| 日程等 (予定) | ホームページにて公示する |
| 申込方法 | |
| 参加費 | |
| 参加人員 | 60名程度 |
| 参加資格 | 小学校5年生以上のSAT競技者登録選手 各種目(アルペン種目以外も可) |
| 内容 | <ul style="list-style-type: none"> ・トップレーサーに必要な総合的な基礎体力のトレーニングを行う。 ・トレーニングにおける正しい体の使い方や栄養学などの講義も実施する。 ・選手がトレーニングに関する知識、多角的な体力要因について把握出来る様、指導する。 |
| コーチ (予定) | SAT専属コーチ、SAT専属トレーナー、SAT専門員 |
| その他 | <p>(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。</p> <p>(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。</p> |