

# ～ジュニア世代のための～ “スキーを知る” “世界を知る” オンラインセミナー2021 秋

春に開催された第2弾！ 今回は2021/2022シーズン目前にみんなの気持ちが一になるためのオンラインセミナーを開催します。今回も日替わりで様々な講師の方々に話を頂きます。中でも今回の特別講師として、今期SAJ国内ヘッドコーチであります河野恭介さんを迎え、スキー選手に求められる技術や体力について話を頂きます。

また、前回に続きチームビルディングや競技スキーのルールなども分かりやすく説明を致します。選手だけでなく保護者の方々にも大切な内容となっております。今シーズンしっかりとした目標が持てる、そんなセミナーになればと考えています。

参加申し込みの必要はありませんどなたでも参加できます、たくさんのご参加お待ちしております。

## <参加方法>

**10月17日のみ下記のアドレスになります（第1回：特別講師河野恭介）**

トピック：オンラインセミナー

日程：第1回のみ（2021年10月17日）

<https://us02web.zoom.us/j/83853223889?pwd=eHd0ckZqMEl6Z2RxOVRjMkNfY0JkZz09>

ミーティング ID: 838 5322 3889

パスコード: 548516



**10月26日以降から下記のアドレスになります（第2回～第5回）**

トピック：ジュニア世代のオンラインセミナー（2021秋）

<https://us02web.zoom.us/j/84855090977?pwd=VFYvb2ZHWGIxOGc0UUFF3M2NlV1dZUT09>

ミーティング ID: 848 5509 0977

パスコード: 497695



## タイムスケジュール

日時	講師	内容
<b>第1回</b> 10月17日(日) 19時～20時 ※録画はありません ライブのみです	<b>講師</b> 全日本スキー連盟の国内ヘッドコーチ <b>河野 恭介</b>	<b>テーマ</b> <b>【スキー選手に求められる技術や体力について】</b>
<b>第2回</b> 10月26日(火) 19時～20時 ※録画については後日お知らせします	<b>講師</b> ・日本体育大学 体育学部 <b>梶 規子 准教授</b>	<b>テーマ</b> <b>【安全に強くなるために必要なセルフコンディショニング】</b>
<b>第3回</b> 10月28日(木) 19時～20時 ※録画あり後日配信	<b>講師</b> ・(一財)東京都スキー連盟 競技本部強化部長 <b>栗山 慎一</b> ・(一財)東京都スキー連盟 競技本部強化企画部長 <b>田中 学</b> ・東京都、神奈川県ユース担当コーチ	<b>前半テーマ</b> <b>【ルールの理解】</b> ICRの重要説明やコースセットなど <b>後半テーマ</b> <b>【ゲートセットと戦略】</b> 主要大会のゲートセッティング攻略など
<b>第4回</b> 11月1日(月) 19時～20時 ※録画あり後日配信	<b>講師</b> ・(一財)東京都スキー連盟 競技本部強化部長 <b>栗山 慎一</b> ・(一財)東京都スキー連盟 競技本部強化企画部長 <b>田中 学</b> ・(一財)東京都スキー連盟 コーチングディレクター <b>清澤 恵美子</b>	<b>テーマ</b> <b>【東京都スキー連盟強化部方針】</b> 技術的方针や今シーズンの予定、大会連盟の役割、選手の規律、コロナ対策その他
<b>第5回</b> 11月4日(木) 19時～20時 ※録画あり後日配信	<b>講師</b> ・日本体育大学 体育学部 <b>伊藤 雅充 教授</b> ・(一財)東京都スキー連盟 コーチングディレクター <b>清澤 恵美子</b>	<b>テーマ</b> <b>【高パフォーマンスを発揮するためのチームビルディング】</b>