

スキー夏トレ【全8回】スキーに役立つオフトレ

●会場／グリーンピア大沼特設会場

●時間／10:00～12:00

●対象／小学4年生以上

(スキーJr1級・級別2級取得レベル) トレーニング責任者:成田 実穂(SAJ指導員)

夏トレ日程(日曜日)				
6/ 7	7/ 5	8/30	9/13	10/4
6/21	7/12		9/27	

トレーニング内容

フィジカルトレーニング+インライン・ツリス
(各自ヘルメット・スキーブーツ・ポール・手袋等ご用意ください。)

