

平成20年度国体選手及び一般選手強化合宿  
(07大杖正彦レーシングキャンプ)  
タイムスケジュール

平成19年9月14日  
愛媛県スキー連盟競技部  
アルペン強化委員会

第1日 平成20年1月26(土)

- 8:00 )  
8:30 受付開始 Bib NO. 配布
- 8:45 開会式 時計台前 ポールをテクノへもって行く各15本  
ポール、ドリル2台、ポール用チャック4本、フラッグ
- 9:00 )  
11:30 強化 基本滑走。GSTレーニング(テクノコース)
- 13:00 )  
13:00 昼食
- 15:30 強化 GSTレーニング(テクノコース)
- 15:30 ポール撤収 ポールはリフト乗り場へ撤収 機材はパトロール室へ預ける。
- 16:30 )  
16:30 ビデオミーティング コーチによる各選手へのビデオ解説、アドバイス。
- 17:30 )  
17:30 第1日目終了 レンタル2FLミーティングルーム (参加者全員受講のこと)

-----

第2日 平成20年1月27(日)

- 6:00 (アイデアルコース)ポールセット開始 リフト乗り場へ集合
- 7:00 )  
7:00 強化 基本滑走。GSTレーニング ポールはアイデアルへもって行く各20本  
ポール各25、ドリル2台、ポール用チャック4本、  
フラッグ
- 8:25 )  
8:25 ポール撤収 ポールはゴール付近へ撤収 高知県フラッグ5枚ずつ借用
- 9:30 )  
9:30 朝食
- 10:30 )  
10:30 強化 GSTレーニング(テクノコース)
- 12:30 )  
12:30 ポール撤収 ポールはリフト乗り場へ撤収
- 13:30 )  
13:30 昼食
- 15:00 )  
15:00 ビデオミーティング コーチによる各選手へのビデオ解説、アドバイス。
- 閉会式 レンタル2FLミーティングルーム (参加者全員受講のこと)

参加希望者はスキーのチューンナップを済ませておくこと。  
クラッシュヘルメット、レーシングスーツ着用のこと。  
ミーティングには全員参加のこと。