

マルキ通信 第37号

奈良県スキー連盟
関西Kサークル
スキークラブ



会長 川島徹也

Kサークルの皆様、ご無沙汰しております、お元気でしょうか？私の2017シーズンはアップ神鍋へ日帰りで行って来ました。前シーズンが行けなかつたので二年ぶりですが、緩斜面中心に滑りました。さすがに85歳ともなれば筋力は減少しバランス感覚も鈍っていますが、まだまだ滑れる事を実感できました。やはり日頃のトレーニングが大切ですね。生涯スポーツとはまさにこのことではないでしょうか？さて、スキーの技術は三本の矢の基礎指導方法で落ち着き、そこからの発展の展開となっております。来年度は応用の一部として3関節の使い方がテーマの一部となるようです。スノーボードは“トータルスノーボーディング”という新しい教程が発刊され初心者から上級者まであらゆる分野で全体が見わたせやすい内容となっており是非一読いただきたいと思えます。技術的などころでは主に3方向の動きの理解と深回り

2017シーズンを

振り返って

の實踐ですが、スキー技術でも“つの字”という言葉と同様、つまりスキー、ボードとも深回りの方向と理解してあります。これら全日本の指導は毎年様々な角度で提案がなされていますが、先生方におかれましてはこれらベースに個々オリジナルで楽しい滑走方法・指導方法を見出していただきたいと思えます。今後ともクラブが発展していくようクラブ員中心にツアーなど多くの一般のご参加がいただけるよう新たなご提案いただければありがたいです。今後とも当クラブのご支援を何卒よろしくお願いいたします。



→会長85歳の滑り

野尻育子さん

スノーボード2級合格



3月5日、鷲ヶ岳スキー場でスノーボード2級にチャレンジしました。先々の新春ツアーで3級に合格させていただき、それから2級に向けての練習、石脇先生や川島先生、そして奥神鍋で一緒に滑ったとき小田先生に教えていただいたことをひたすら練習して、来季の新春ツアーで2級にチャレンジしようと思っていました。3級合格の時に5点加点があったなら、来季と言わず今季に2級に挑戦してみたいと思っております。今年と異なるのは、大変嬉しいことです。今年という雪山仲間の方の言葉をきつかけに、全く自信はないけれど、えーい、実際に受けてみたらあと何をどうしたらいいかわかるだろうから、受けに行っちゃえ！と、兵庫ではほと



んどしてないSAJの検定を鷲ヶ岳まで行って受検。電話で問い合わせた時には、講師が足りないかもしれないので2級は朝8時から並んでも検定できるかわからないと言われていたのですが、朝8時前から並んでアッサリ受け付け済み。ラッキー！と、始まってみれば、2級は私一人！ またまたラッキー！ 講師の方が凄く優しくわかりやすく教えて下さり、今までいろんな方に教えていただいたことが全部繋がって、今まで

阪田太志くん

ハイパーポウル東はちに行きました。1日目は川ばた先生でした。ターンとかすべり方をおしえてもらいました。その次はお父さんが先生でした。きびしかったです。2日目も川ばた先生でした。新しいターンやすべり方をおしえてもらいました。そのあとに、上級の人たちといっしょにすべりました。おくれずについて行けて、楽しかったです。つぎは、3級を受けたいです。



ハイパーポウル東鉢一



おめでとう！ 検定結果報告

スノーボード

- 2級 野尻育子 (鷲ヶ岳)
- 3級 野尻育子 (ハイパーボウル東鉢)

野尻育子さん

スノーボード3級合格

今回もまた、関西Kサークルさんの講習会に参加させていただきま

した。
私はSAJの3級を受験し、プラス5点(これがどういう点なのかかわからないけどw)で合格させていただき、うれしかったです。

この3月でスノーボードを始めてまる2年。やっぱり、基本は大事だ

など、改めて実感しました。教えていただいた先生方本当にありがとございました。貴重なアドバイスをいただき、なんとなく、先が見えてきた気がします。

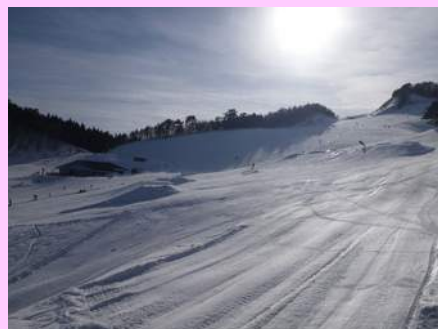
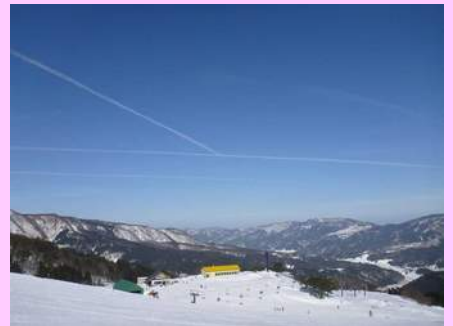
また、スキーマの師匠にもビデオを撮っていただき、アドバイスいただき、この2日間は私にとって、とっ



ても大きな2日間になったと思います。

その大昔20歳ごろ、スキーマの3級に合格したときは、2級への道は果てしなく遠かったですが、今回の3級合格の際には、2級も近い、なんて言っていたいただき、これでまたまた、ハマリまくること間違いなくなりました。

数多い趣味を整理し、スノーボード一本で頑張ります!! 夏場は、筋トレや身体づくりに励みます。



2017年1月28-29日 新春ツアー・ハイパーボウル東鉢

中国でスノーボード

(石脇健)

今シーズンも知り合いのスキースクール関係者のおかげで、黒竜江省ハルビン市近くの亜布力(ヤブリー)滑雪场でスノーボードのインストラクターをさせてもらえることになった。

亜布力滑雪场は1996年冬のアジア大会を開催したスキー場で、黒竜江省体育局が運営している、中国でも一番歴史のあるスキー場だ。一般のグレンデのほかに、ジャンプ台やハーフパイプもある。毎冬、中国のナショナルチームがここで練習するそうだ。

亜布力滑雪场は二つのスキー場からなっている。一つは私のいる体委(ティウエイ)滑雪场と、隣の陽光(ヤングア)滑雪场だ。陽光滑雪场は、標高は低いものの、変化にとんだグレンデがいくつあつて、常連さんはこちらに行くようだ。一方、体委滑雪场は一番高い頂までつながっているのだけど、ここが滑れるようになるのは、年が明けて1月中旬だ。それまでは、中腹まで行く4人乗りの高速リフトと、一番下の初心者用グレンデの二つしかない。そして、こちらのお客様は、雪のない南方から冬の黒竜江省に来て、



イントラへ講習中



初心者無料レッスン

スキー体験をやるというようなお客が多い。したがって、このイントラは、初めてスキーをやるお客様を一度リフトに乗せ、逆ハの字でお客様の手を持って安全に滑って降ろすというのがいわば仕事だ。また、所々でお客様の一生に一度のスキーの写真も撮つてあげる。当然一対一で教える。私がこのスキー場に来た時にはイントラは150人くらいと聞いていたけど、シーズンピーク中は300人になるといふ。

私はビザの関係で中国ではお金をももらわず仕事はできないので、宿舎、食事、リフト代を無料にしてもらい、給料なし、いわばボランティアのイントラだ。スキー場に到着した翌日、スクールの教育責任者と打ち合わせして、このスクールのイントラに対する教育計画書を作る。なんと大げさなと思ったけど、ここは公営のスキー場だから、こういう計画書が重要なようだ。こんなわけではなく、このスクールのイントラになった。このイントラにもスノーボードができる人もいるけど、滑りを見るとみな自己流でスノーボードはあるけど美しくない。このイントラだけ、スノーボード

のイントラもやりたいという人も対象だ。どちらの人に対しても、スノーボードを全くできないお客さんになるまでを5ステップに分けてレッスンの仕方を教えた。これらイントラに対するレッスンは基本、午前中で終わり、午後はフリーで滑ることが出来る。また、土日もフリーだ。こんな感じで最初の3週間ほどがあつたという間に過ぎた。後半になると、だんだんとこのイントラも忙しくなつてきて、まとまつてのレッスンはできなくなり、お客のいないイントラと時間の合うときに一緒に滑るといふ感じになつてきた。



12月20日過ぎ、体委滑雪场から陽光滑雪场へ行くリフトがオープンし、私も自由に陽光滑雪场へ行けるようになった。私はレッスンのないのをよいに、その後は陽光滑雪场へ入り浸り。私の宿舎は新聞館というホテルで、ここからスキー場のセンターハウスへは、歩いて5分、すごく近い。この一室で、黒竜江省滑雪協会の副秘書長の方と同室になった。彼にはその後、滑雪協会の関係者との食事に誘つていただいたり、近くのホテルの卓球場に誘つていただいたり、何かとお世話になつた。そして、フリーの時、そうして知り合った人たちと一緒にスキーやスノーボードを楽しんだ。



亜布力のスノーボード仲間

11月22日から1月3日まで、40日余り、こうして中国のスキー場で貴重なイントラ生活を送らせていただいた。ありがとうございました。左記は亜布力滑雪场を離れるに当たつて、1月3日に中国のSNSに投稿した内容です。
再见！亜布力，再见！亜布力滑雪场。今天（1月3日），我在亚布力当教练的生活结束了。明天坐火车回齐齐哈尔。在亚布力的期间，我收获了很多。认识了很多中国教练，雪友，交了很多朋友，了解了中国滑雪的情况，学习了有关滑雪的中文词汇。向在亚布力结识的所有人表示我衷心的感谢！
我觉得滑雪是一辈子都能做的运动，我现在的目标是学会“不累”的单板滑雪，享受和年轻人一起滑雪的乐趣。谢谢！
（日本語訳）さようなら！亜布力、さようなら！亜布力スキースクール。今日（1月3日）、私は亜布力でのイントラ生活を終え、明日、列車でチチハルへ帰ります。亜布力にいた間、私は多くの収穫がありました。多くの中国のイントラや、スキー仲間と知り合い、友達になれました。中国のスキー事情も知ることができました。また、スキーに関する中国語の言葉も勉強できました。亜布力で知り合った



亜布力野雪(不整地)



【編集後記】シーズン中盤以降は雪がたっぷり降りでした。みなさんすっかり楽しめましたか？今季のマルキ通信は原稿が少なく、少し寂しいです。もっと行事への参加者が増えないとね。（石脇記）