

## 活動名：スキー体験会

日 程：平成26年1月24（金）～26（日）

会 場：猪苗代スキー場～七ツ森ペンション村

参 加：エンジョイ4～トップ6クラス

帯 同：設楽コーチ・小松コーチ・T6 小松母・T6 横山父・母

報 告：小松コーチ

今回私はスキーツアー（横山スキー塾）の帯同となりましたのでブログを寄せたいと思います。

1月24日（金）17：30 喜久田卸町体育館前駐車場集合

いよいよ待ちに待ったスキーツアー（横山スキー塾）の始まりです。今回のツアーは、またの名を横山スキー塾と題して公認検定級をお持ちの6年生横山祐人君横山慶人君のお父さんお母さんに御指導（講師）お願いして選手を見てもらえるようにしました。通称横パパ横ママです。また6年生小松千帆海ちゃん4年生小松夏海ちゃんのお母さんにも補助として加わって頂きました。

バスはちょっぴり勘違いしてしまいパチンコ駐車場（西側）につけてしまいました。時間通りに出発することができました。

その後バスのなかでお夕飯タイム、晩ご飯はお弁当です。

18：30 猪苗代スキー場到着 そり体験

さっそく猪苗代スキー場到着です。バスにレンタルスキー一式とウェア、グローブなどすべてを積んで来たため相当窮屈な移動となりましたがその分寄り道せず猪苗代スキー場についてレンタル希望選手のサイズ調整がスムーズに進み即座にそり遊びに入ることが出来ました。

そり遊びはキッズパークです。そこはやはりスキー場キッズパークと言えどもかなりの傾斜があり選手は思ってもみないスピード感に大歓声です。

そんな矢先ついにケガ人が出始めました。やはり日頃経験のない傾斜からくるスピードにクッションで足を着くもののあまりの衝撃に跳ねっかいらその膝が顔の鼻の部分に当たり

始めました。またクッションから逃げ遅

れた選手が新たに来たそりの選手と激突肩を負傷しました。ぶつかった当初は起き上がれず肩が上がらず痛みもひどく大変心配しました。

結果すぐさま両足かかとなどでスピードをころすこと、2人乗りをしないことクッション



の際は人を避けることなどを注意しました。サッカーで言うところのコーディネーション的な能力の部分です。ケガをしない調整能力も練習課題として高めなければと思う出来事でした。有ってはいけないこととしてケガがあげられます。今後の厳しい課題の1つです。それでも選手達はスピードに酔いしれキャーキャーと黄色い歓声をあげて最後まで楽しんでいました。

20:30 終了ペンションへ移動

21:00 ペンションパル到着お宿です。

ペンションパルは私達クラブの貸し切りです。そのためあまり気にせず施設を使用することができます。まずは、あらかじめ割り振られた部屋に移動して今日使用した一式を干すこと乾かすことから始めました。その後大好きな選手同士お風呂に入り就寝しました。本日の行程は終了です。



1月25日（土） 7:00 起床朝食

いよいよ横山スキー塾開講当日です。朝食は洋食でした。ウインナーなどが出ましたが肝心なところはパンではなくごはん、やはりごはんが一番です。

その後パルでウェアなど着込みスキー場へ移動です。天気は1月としては暖かいような気がしました。予報は曇り晴れです。

昨日肩をぶつかって負傷した選手も完全に痛みがとれた訳ではありませんが昨日よりも可動域が広がり回復にむかっていることが確かめられました。

予定通り参加者全員でスキーを楽しむことができます。

8:30 猪苗代スキー場へ出発

9:00 猪苗代スキー場到着

昨晚の打ち合わせ？飲みニケーション？の結果からあらかじめ予定していたグレンデへ板を担いで移動です。さすがに日頃コーチとは名ばかり？の結果この板を担いでの移動だけ

で結構私は出来上がった感が少しありましたが横パパ（講師）の颯爽とした軽快な動きにさすが！と感動すらしてしまいました。



ここで班編制です。スキーツアー事前にアンケートをABC、3段階でとっておりCのまったくの初めてを午前中塾長の横パパ横ママが集中指導なんとかボーゲンを形にするところまで持って行く方針です。その他の選手は私とコマママ（千帆海ちゃん夏海ちゃんのお母さん）で対応です。主にガールズと3年生がコマママ、6年生5年生中心が私となりました。

そんな中私小松班は予定外の上級コースへチャレンジ全員何とか滑り降りて来る事が出来ました。しかし待っていたのは、コマママへの負担増でお怒りでした。勝手をした私が悪いので申し訳ない気持ちでいっぱいです。横パパ横ママの指導が効を奏し着々とレベルを上げた選手が滑れるクラスへ合流し始めていました。予想以上のスキルアップに物事時間さえかければ良いと言うものではない！と言う気付きがありました。そうしているうちにお昼も近くなりランチタイムです。



#### 12:00 ランチタイム ISK レストラン

腹が減っては戦ができずの通りランチタイムの時間です。ランチはカレーライスでした。お昼まで休みなしの動きに選手も戦さにならずお腹空いたねを連発してカレーライスを完食していました。しかしここでもアクシデント発生です。ある選手の体調がかんばしくありません。カレーライスもほとんど手つかずでランチタイム前にレストランで休憩をとっていたのです。

体調も良くなる兆しがなくランチタイム後なくなりお母さんに迎えにきて頂きましたが選手の目には涙がいっぱいでした。

さすがのスキー公認資格取得者横ママのカレーライス後のくち直しチョコレートはズーとスキー最中も背中に背負っていたリックから



でできました。もちろん選手達にはより以上のお菓子までついていました。痒いところに手が届くお心使い疲れた体に甘いものが染み渡りました。

その後残りの選手は午後は班を再編成してまた滑り出します。今度はコマママから引き継いで横ママがあらたにガールズ全員と下級生の滑れる選手、私から引き継いで横パパは5, 6年生と4年生の滑れる選手、私とコマママは午前中の指導からボは体得しつつもどうしても転んでしまう選手を見ることとなり滑りだしました。

### 13:00 スキー再開

午後は選手全員ある程度のめどがついたと言う事で無理をせず思い思いのシュプールを描くような滑りをするということになり班の指導者を先頭にさまざまチャレンジをしました。

もちろん横パパ横ママの滑れる選手達は、上級から中級者コースをアタック私班もどうせ練習するならと上級から中級者コースをアタックしました。結果はシュプールからは遠いものですが

2名は圧巻の景色の景色に飲まれすぐにあきらめる感じですが他の2名は景色を楽しみつつ斜面に食らいつきスキーの楽しさを満喫していました。物事あきらめたら終わりであるともう少しスキーでも伝えたかつです。1日でのこのコースは確かに無理であることは承知の上でのアプローチです。一度きつい斜面に慣れれば後はどんな斜面でもブレることなく練習あるのみです。

終了間際には全員で集合することができ体力的にきつくない選手全員で滑ることができました。これは、夢のような時間となり本当に楽しかったです。

その後写真撮影などをして帰宅となりますが集合の言いつけを守らず選手が別行動する場面がありました。このことは今後の最大の課題のひとつです。

### 16:30 スキー終了 横山スキー塾閉講

### 16:30 スキー場出発



16:50 ペンションパル到着

貸し切り施設のため気兼ねなくレンタル一式を乾燥させることができます。もちろん選手自身のスキー一式もです。

その後夕飯の約束をして自由時間です。お風呂に入るもよし食後に入るもよし休むもよし。

18:30 夕飯

今夜はお鍋の夕飯でした。自家製のんにくや少しショウガがはいったみそ垂れが非常においしく体がもの凄く暖まりました。

その後選手達はお菓子を頂き自由時間をおもいおもいに過ごしました。



1月26日(日) 7:30 朝食

今日の朝食は和食でした。特に大人の私達には大変おいしい朝食でした。

8:45 セツ森グラウンド出発 雪遊び体験 そり滑りなど

最終日の今日はグラウンドで雪遊び体験です。日頃塾などの習い事や帰宅後の宿題など時間に追われている選手にとって大自然の雪が間近に感じられ遊び道具として完璧に 近いものとなる瞬間でした。かまくらをひたすら作る選手、そり滑りで笑顔が絶えない選手、PK合戦をして雪におもいきりダイブする選手、そり滑りからジャンプ台をつくる選手、雪で創作活動をする選手、雪合戦をしようとする選手さまざまな選手の個性が見てとれました。



10:40 終了

11:00 ペンションパル帰宅

いよいよ帰りの時間が近づいてきました。荷物をまとめて撤収です。あつという間のスキーツアー(横山スキー塾)でした。大人はさすがにこの時ともなると疲れが出始め動きも重くなるのですが選手の元気なこと元気なこと。まだ滑りたい?滑れる?と問えばほぼ全員が「はいっ」と答えられる雰囲気でした。

11:30 ペンションパル出発

オーナーに2日間の感謝を述べて後髪ひかれるおもいで帰路へと行きたいところですがこ

れで終わらないのが設楽コーチプレゼンツ！

ペンションは夏合宿とはまた違った趣で私達を楽しませてくれました。四季折り折りに季節の装いをまとう七ツ森には大人から子供までたくさんの人を癒す大自然がありました。自然と一体となって遊ぶこの幸福感はどんな人も求めてやまないものですね。

#### 11：45 猪苗代ガラス館到着時間調整

本来の目的は猪苗代ラーメン館心と身体お腹まで満たされましょう。選手達は雪遊びで相当お腹が空いているようです。

#### 12：20 猪苗代ラーメン館到着

予約時間は12：30から～食事時間は70分間、団体以外の個人客の待ち時間90分間

#### 12：30 猪苗代ラーメン館お食事開始

選手全員お皿をとりこれでもか！と言うぐらいに好きな物を盛りつけ食べ始めました。ラーメンの最初の1杯は1番人気喜多方ラーメンその後好みのラーメンを注文したりしました。但し食べ残しは絶対にしないと言うルールを決め徹底しました。

やはりポテトフライやからあげアイスクリームなどが人気を集めていましたが中にはソースかつ丼やメロンソーダにバニラアイスのをせてクリームソーダにして食べているバラエティー豊かな選手がいました。

考えてみると今年の6年生には、めずらしく大食いと呼ばれる選手が居なくてその圧巻の食べっぷりを見れなく食が細い傾向がすごく強いです。

こんな世代もあるんだなとびっくりでした。逆に下の世代には頼もしい食べっぷりの選手を見付けました。まだ背など小振りですがたくましく大きくなればいいなと思っています。

最終的に制限時間いっぱいまで食べ続けましたが残念なことにちょっぴり残してしまいました。その選手はちょうぴり我が強く出てしまう傾向がある選手です。そうすると手が付けられません。そんな我が痛々しくたくさんの事や物などに突き刺さってしまうこと学んでほしいです。



大満足のランチ会でスキーツアーの最後を飾るのにはもってこいでした。

14:00 猪苗代ラーメン館から帰路へ

14:40 喜久田卸町体育館前到着解散

以上がタイムスケジュール的に今回のスキーツアーを振りかえってみました。

特に選手のケガに対する危機管理と対応は今後の課題として浮き彫りになりました。また実際はスキー場での団体行動の難しさなど今回は補助の方々にも御協力を頂きました。横山さんご夫妻には、わざわざ下見までして頂き大変役に立ちました。後日談としましては、肩を負傷した選手は軽い骨折と診断されました。本当に申し訳ありませんでした。今後このような事業開催の場合はより細心の注意をはらい再発防止し努めていきたいと思えます。

逆に今回のスキーツアーでは選手間のより深い絆が深まり選手同士ひとつのベットで寝たりとそんな光景があったり皆で仲良くテーブルを囲みトランプなど仲の良さもありました。今回の教訓を胸にまたよりよい事業とは、を模索し選手のたくさんの笑顔を創造していけたらと考えております。

本当にたくさんの御協力ありがとうございました。横パパ、横ママ、コマママ

小松 大輔