スキーすく～る

3月25日(土)　～　3月29日(水)

IN　長野県白馬村飯森地区白馬五竜『武田館』

	午前	午後	夜
1日目			白馬へ出発
2日目	スキー研修	スキー研修	振り返り
3日目	スキー研修	スキー研修	振り返り・お楽しみ会
4日目	スキー研修	スキー研修	関西へ出発
5日目	到着・解散		

一日目：　皆さん！こんばんは！！今年度最後のスキーキャンプ、大いに楽しみましょう！！バスに乗り込み、寝て起きたら白馬に着いています。初めて夜行バスに乗車される方もおられ、なかなか寝付けない方もおられましたが、しばらくすると車内は静まり返りました。ゆっくり休んでください。おやすみなさい。

二日目：　春の暖かさから白馬の雪はすっかり溶けており、所々にだけ雪が残っている様子です。それでも山麓部にはしっかりと雪が残っており、スキーは十分楽しめそうです。今日は生憎の雨模様なので、講習は午前中のみとなるので、しっかり滑って明日、明後日に繋げていきましょう。朝食を済ませ、ウェアに着替えたら、レンタルショップ【ふなるさん】でフィッティングを完了し、ゲレンデへ移動しました。今日はスキーに慣れる日として、無理なく様々なコースを滑りました。はじめての方々は、下のゲレンデを使って、板の履き方から力二歩きを練習しました。雨の勢いが強くなってきたので、予定より早めに切り上げて今日は終えました。民宿に戻ってくると、ホッとされたようで、表情から疲れが伺えました。昼食を済ませると、各部屋ごとでのんびり過ごしました。トランプを楽しまれる方、読書をされる方、テレビを観賞される方、お昼寝をされている方の様子が伺えました。早めの入浴を済ませ、遅めの夕食を済ませると、明日からの本格的レッスンに向けて振り返りを行いました。明日学びたい事の方向性を確認しました。今日しっかり休んだ分、明日からとことんスキーを楽しみましょう！！

三日目：　朝起きると、朝日が部屋を照らしており、晴々の天候の中、スキーを体験出来そうです。武田館の朝食をいただき、ウェアに着替えると、早速ゲレンデへ向かいました。今日からクラスごとで本格的なレッスンが始まります。“めだかクラス”はゴンドラに乗り、ゲレンデ上部へ向かい、より良い雪質のところで講習を行いました。初めてゴンドラに乗る方もおられ、遊園地のアトラクションに乗っているかのような楽しさと感動をされていました。講習は昨日の基礎を要に、滑る練習を行いました。何度も転けつつ、まっすぐ滑る練習をしました。徐々に転ける回数も減ってきており、メンバーも自身の成長を確かに感じておられるようでした。“さんまクラス”は、バランスを保つことを重点におき、講習を行いました。上部は雪質が良いといっても、暖かい気候のもと、時間が経つにつれ、シャーベット状になります。すると板に引っ掛かりやすくなり、思うように滑ることが出来ません。ゆえに、余計な力を加えず、板の上に乗ることが出来るか。曲がる際の力の加え方を学びました。“イルカクラス”まで上がってくると、明確な講習内容はなく、様々なコースを滑り、どんな状況でも同じ滑りが出来るように練習をしました。ゲレンデは日中の時間帯や、日照状況によって変わります。これまでは難なく滑れていても時間によってそうでなくなる場合があります。そうした状況に順応出来るよう、アドバイスをしつつ滑りました。昨日、滑れ

ていない分、どのクラスも時間の限り、目一杯滑りました。民宿に戻ってくるとお疲れの様子が伺え、一目散に入浴へ向かい、疲れを癒されていました。夕食後は振り返りです。今日一日で習得した事を細かく分析し、明日に繋げます。振り返りが終ると、待ちに待った【お楽しみ会】をしました。内容は、【グループ対抗マリオカート対決】です。初めて経験される方から上手に操作出来る方まで、皆で応援したり、アドバイスをしたりして大盛り上がりでした。中には、この為に家で練習をされてきた方までおられ、本気度が伺えました。白熱のお楽しみ会が終わると就寝です。どのメンバーもすぐに切り替えられ、消灯後の数分で寝息が聞こえてきました。

四日目： 朝目覚めると、そこまで寒さはなく、一日の暑さが予想されます。今日でどの方もシーズン最後のスキーになりますので、いつも以上にやる気を感じます。どのクラスも一つ上の講習を行いました。“めだかクラス”は曲がることを学び、長い距離を滑りました。これまでは同じコースを繰り返していましたが、それ以外のコースに行きました。慣れたコースではないため、戸惑いと不安な様子が見られましたが、山頂付近から見えたアルプスの絶景や、林間コースの楽しさに触れ、【滑るだけではないスキーの魅力】を感じる事が出来ました。“さんまクラス”は昨日学んだ内容を基に、少し背伸びをして【攻めの姿勢】で講習を行いました。昨日よりも斜度の高いコースを滑ったり、滑走速度を上げたりしました。出来たらもう少し攻め、上手くいかなかったら原因を追求し、出来るまで練習を行いました。そうして自身の底上げをし、最後に自分の滑りを確認しました。“イルカクラス”は昨日と同じく、ひたすら様々なコースを滑りました。昨日よりも雪融けが進んでおり、滑りが悪い状況の中でも、余裕を持って滑れているか、周りの景色や友達の様子、先のコースコンディションの確認が出来ているなど、広い視野を持って滑る練習をしました。下山後のクラスごとでの振り返りでは、メンバー全員から出来た事と、次のスキーで学びたい事、目標を明確に聞くことができ、満足してシーズンを終える事が出来ました。スキー講習後はお土産購入タイムです。財布を握りしめて、お菓子やキーホルダーなどを選ばれている眼差しは、スキー中に匹敵するほど本気具合を伺えました。お土産を購入し、民宿に戻り、入浴、夕食を済ませ、出発までゆっくりとグループで各々過ごされていました。そして、白馬を出発する時間になり、お世話になった武田館さんに御礼と色紙を贈り、関西に向けて出発しました。帰りの車内が消灯すると、皆さんすぐにおやすみになられました。三日間のスキー講習、本当にお疲れ様でした。

＜キャンプ総括＞

“スキーすく～る”にご参加いただき、誠にありがとうございました。今回のスキーキャンプのご参加いただいた方々の中で、TOP のスキーキャンプに初めてご参加いただいた方は半数弱おられました。しかし、驚くほど溶け込みが早く、どのグループも楽しそうにされていました。グループタイムはもちろんのこと、食事の準備や入浴など惑われている方の目立ちはありませんでした。その裏には【リピーターの受け入れ力】がありました。スキーは他のキャンプに比べるとリピーター率が非常に高く、お互いの名前も覚えておられます。しかし、リピーター同士でコミュニティを作ることはせず、誰問わずいち早く受け入れ、より広く、大きな【友達の輪】を作られます。特にリーダーやスタッフが介入せずとも形成されていくので、さすがの一言です。こうした行動力がスキーにも活かされており、スキーの技術向上を皆で意識し合って行われています。それが、TOP のスキーレベルの質に繋がっています。あるメンバーから、「TOP のスキーは楽しさはあまりないから、前はあまり好きじゃなかった。でも、何度も参加して、教わったことの大切さが今はすごい分かる。」と言われました。まさにこれです。我々が伝えている事が、メンバーからこうして芽生えると本当に嬉しいです。今じゃなくても大きくなられるにつれて芽生える事をこれからも伝えて参ります。　　（ 竹中　哲郎）