

# 2012 ダイナマイト 原田 レーシングキャンプ in MIZUHO

主催:MIZUHO スノースクール

## MIZUHOキャンプ 3月のテーマ

エックス脚はなぜ出てしまうのか？ 前加重はブレーキだった？ 踵重心を維持して円錐状に傾くには？ 腕は前に構えていては後継になる？ 体の内部の動かし方、体幹をぶれなくする方法、筋を緩めるテクニックや呼吸法なども交えながらじっくり自分の滑りを見直すキャンプです。考え方の見方を変えれば、なんだか引っかかっていたモヤモヤが消え、蛇口を開けたようにどんどん理解度が増していきます。

**テーマ1** X脚改善方法

**テーマ2** ブレーキはターン後半の前傾にあった

**テーマ3** 踵圧のままで軸を入れ換えることが重要

日程	1月開催 1月20日(金)・21日(土)・22日(日) 3月開催 3月17日(土)・18日(日)・19日(月)・20日(火)	
場所	瑞穂ハイランド 常設ポールバーンもしくは特設バーン	
定員	一日当たり30人 (定員になりましたら締切ります。連続参加者を優先いたします。)	
対象	SAJ2級程度以上の方、ジュニアレーサー	
料金		4時間(2レッスン)
	大人	6,000円
	DRC会員	5,000円
	高校生	4,000円
	中学生以下	3,000円
料金に含まれるもの	・レッスン料、傷害保険、ドリンク券1枚が含まれます。	
締切日	1月開催の締切日1月18日(水) 14時必着 3月開催の締切日3月15日(木) 14時必着	
申込方法	締切日までに、申込用紙をFAX(0855-85-0451)までお送りください。 申し込み用紙は、ホームページよりダウンロードして下さい。 尚、お申し込みは先着順とさせていただきます。 (定員になりましたら、ホームページにて発表) 受講料は当日スクール受付にて現金で、お支払いください。	

**中学以下はリフト代無料!**



原田達也(47) 北海道富良野出身  
FISB級転戦現役として転戦し、  
日夜アルペンの真髄を追い求めている。



宿泊プラン料金	大人料金(高校生以上)	小人料金	含まれるもの
	10,000	7,500	1泊2食、一日分レッスン費、 送迎、駐車料金

練習当日の受付・集合時間 8:00~8:30 バレーサイドレンタル建物内スクール受付

※練習時間については9:00~11:00、13:00~15:00を基本におこないます。

※天候状況によるレッスン時間変更等がある場合がございますので、ご注意ください。

緊急連絡先 090-7773-9421 日野