

期間 5月13日(土) or 16日(日) ~ 11月25日(土) or 26日(日)

■チーム数とチームの目的

チーム	コーチ	曜日	レッスン時間	頻度	目的、目標
Mid	横田 真央人	日	11:00-13:30	毎週 or 隔週	8月までに各トリックのベースの再構築。夏までに土台を大きく広げ、たくさん練習のできる夏休みの集中とレーニングや合宿時に一気にネクストレベルへ持っていきたい。 ※8月まではガッツリ4方向のトレーニング。10月以降は見込みのある3方向にひとまずシフト。ジブに関しては、回転数で採点されるため、最低270アウト、可能なら270インまでを経験させたい&習得させたい。
Dream	大野 洲	土	8:00-10:00 11:00-13:30	毎週 or 隔週	スモールを中心にこれからのトリックに必要なベースの再構築。ストレート、180、360までを重点的に指導。※見た目ではなく、アプローチ姿勢、ラインどり、先行動作、動作の我慢、踏切を徹底的に行う。※ジブは、ボックスでのベーシックトリックの習得。安定感。サイドインの経験多くさせたい。
Fun	大野 洲	日	11:00-13:30	毎週 or 隔週	楽しく、そして、自主練でたくさん滑ることを大切に。芝に慣れてきた子から徐々にアプローチ姿勢をより高くより上半身を真っすぐに変えていく。新しい姿勢でまずは、再度芝に慣れていこう。慣れてきたら、その姿勢からの力強いオーリーが出来るように。空中では、ボードを素早く引き上げることに慣れていきましょう。その後、180でスピンに必要なライン取りを練習し、理想とする形でリップにたどり着けるようにしましょう。
Bambi	大野 洲	日	8:00-10:00	毎週 or 隔週	楽しく、そして、自主練でたくさん滑ることを大切に。まずは芝に慣れることから。そして、芝への恐怖から楽しいヘシフトしていく為に。スピードが怖い子はワックスを塗らずに極力遅いスピードで慣れていこう。安定して滑れて来たら徐々に両足ジャンプからオーリーへ。また、グラブや、シフトに挑戦し空中で自由に動けるようにしていこう。人によっては180も挑戦出来るかな？

■トレーニング時間割

パターン① 通常時 ※横田コーチによる貸切セッションでの一般レッスン開催がある場合

曜日	セッション	施設セッション時間	レッスン時間	レッスン所要時間	コーチ		備考
					横田 真央人	大野 洲	
土曜日	貸切	8:00-10:00	8:00-10:00	120分	Jr.team	一般	Jr.team
	第1	10:30-14:00	11:00-13:30	150分		一般レッスン	Dream
	第2	14:30-18:00	14:30-16:00	90分			オプションBOX
	第3	18:30-22:30	16:30-18:00	90分			オプションRail
日曜日	貸切	7:00-9:00	7:00-9:00	120分		一般レッスン	Bambi
	第1	9:30-12:30	9:30-12:00	150分	Mid		Fun
	第2	13:00-16:30	13:00-14:30	90分			オプションBOX
	第3	17:00-20:00	15:00-16:30	90分			オプションRail

※希望者は Fun から Bambi に追加レッスン可能

パターン② ※横田コーチによる貸切セッションでの一般レッスン開催がない場合

曜日	セッション	施設セッション時間	レッスン時間	レッスン所要時間	コーチ		備考
					横田 真央人	大野 洲	
土曜日	貸切	8:00-10:00	8:00-10:00	120分	Jr.team	一般	Jr.team
	第1	10:30-14:00	10:30-13:30	180分	⇐間に15~30分程度の休憩挟む		Dream
	第2	14:30-18:00	14:30-16:00	90分			Dream
	第3	18:30-22:30	16:30-18:00	90分			オプションBOX
日曜日	貸切	7:00-9:00	7:00-9:00	120分	Mid		Bambi
	第1	9:30-12:30	9:30-12:00	150分			Fun
	第2	13:00-16:30	13:00-14:30	90分			オプションBOX
	第3	17:00-20:00	15:00-16:30	90分			オプションRail

※1 コマ後ろ倒し

※Midのみ貸切セッションへ時間変更

■トレーニング時間について

上記時間割の パターン① が通常時のレッスン時間となります。

注意) 横田コーチの土日の貸し切りセッション一般レッスンにご予約が入らなかった場合について

曜日	関係するクラス	変更前	変更後
土曜日	Dream	8:00-10:00	10:30-13:30
		11:00-13:30	14:30-16:00
	オプションBOX	14:30-16:00	16:30-18:00
	オプションRail	16:30-18:00	18:30-20:00
日曜日	Mid	9:30-12:00	7:00-9:00

※7日前にはお時間の変更をお伝えさせていただきます。

※クラスによってはトレーニング時間が前後してしまう場合があります。対象クラスのご家族の皆様には大変ご迷惑をお掛けしますが、何卒ご理解ご協力をよろしくお願いします。

■2コマレッスンをご希望の皆様へ ※Dream以外のクラスの方で2コマレッスンをご希望の方

※以下の表のように2コマ目に参加するクラスによってレッスン使用キッカーが違います。

所属クラス	2コマ目参加可能クラス	レッスン使用キッカー
Mid	Bambi	スモール
	Fun	スモール or ホーク
Fun	Bambi	スモール

※Midの方はレッスンの時間割パターンによって2コマ目の受講クラスが変わる為、事前にコーチへご相談ください。

■トレーニング頻度/月 と お月謝について

		トレーニング時間/1コマ	お月謝	対象クラス
①	1コマ×4週	2～2.5h	¥15,000	全クラス
②	1コマ×隔週	2～2.5h	¥12,000	全クラス
③	2コマ×4週	5h	¥22,000	Mid/Dream/Fun
④	2コマ×隔週	5h	¥15,000	Mid/Dream/Fun

オプションジブトレーニング（毎週or隔週）※希望者のみ

レッスン使用アイテム	トレーニング時間/1コマ	お月謝	
Rail	1.5h	隔週¥6,500/毎週¥13,000-	全クラス
BOX	1.5h	隔週¥6,500/毎週¥13,000-	全クラス

※レッスンを2コマ受講をご希望の方は事前にご相談下さい。

※レッスンを隔週希望の方は何週目かを事前にお知らせください。

■お振替に関して

毎週組	担当コーチとご相談の上、他のクラスにてお振替
隔週組	事前に決めている週以外の週にて、同じクラス内でお振替

※隔週組の生徒様のお月謝は日割り計算致し兼ねます。

■レッスン日までにお願いたいこと

①、チーム員規約ご記入&押印（ご新規様・継続者様 共に必要）

②、チームアンケートご記入（ご新規様・継続者様 共に必要）

③、レッスンノートのご用意 ※中学生までは提出必要

※毎回練習時に持参するようにお願いします。

自主練後やレッスン後にノートにメモを取り、次回のレッスン開始前に担当コーチへ提出をお願いします。

★上記データダウンロード先

※WOOT SNOWBOARD PARK SCHOOLホームページ → WOOT Jr.snowboarding team → Jr.team@東海KINGS

のページから上記書類①、②をダウンロード、印刷後ご記入いただきレッスン日当日に担当コーチへお渡し下さい。

※LINEにも印刷用のデータは流します。

■レッスン日当日にすること

・規約用紙の提出

・アンケート用紙提出（各自コピーを取っておくように）

・お月謝のお支払い（5月分※オプションジブレッスン分も含む）

■初回レッスン時にスクールから受け取るもの

・お月謝袋

※5月分のお預かり印を押したものをお渡しします。

※お月謝袋は領収書の代わりとなりますので大切に保管ください。

※途中からのご参加の方は、初回月分のお月謝をお支払いいただいた際にお月謝袋をお渡しいたします。

■お月謝のお支払い方法

※お月謝お支払いの際は、お釣りが出ないようにお願いします。

お月謝	お支払い日	お支払方法
5月分	トレーニング初日	各自ご用意された封筒へ納入していただきコーチへ
6月分	5月最後のレッスン日	お月謝袋へ納入していただきコーチへ
7月分	6月最後のレッスン日	お月謝袋へ納入していただきコーチへ
8月分	7月最後のレッスン日	お月謝袋へ納入していただきコーチへ

ご注意) 6月分のお月謝について

5月最後のトレーニングに参加できない方は、初回トレーニング時、もしくは前週に翌月分のお月謝のお支払いをお願いいたします。（※オプションジブレッスン分も含む）

※5月度の不足1回分は別の月に開催します（ご都合の悪い方は別クラスにて対応します）ので、

1ヶ月分をお支払いください。