

# 革7 -7&ウロコ付テレマークスキーで行こう！

## ネイチャースキーレッスンツアー

1日目前半にネイチャースキーでの歩き、登り、滑りの基本を講習し、後半にミニツアーを行います。2日目は本格的に1Day ツアーを楽しみます。のんびりネイチャースキーを楽しみたい方やテレマークスキーでバックカントリーツアーを目指してる方のステップアップとしても最適なプログラムです。

日程: step1 中瀬沼&五色沼 第1回 12月29日(土)、30日(日)  
第2回 2月9日(土)、10日(日)、11日(月)  
2月11日(月)はオプションツアーとして実施します。

Step2 イエローフォール&猫魔平 第1回 1月19日(土)、20日(日)  
第2回 2月23日(土)、24日(日)

料金: step1 8,400円(消費税400円)  
オプションツアー追加料金4,200円(消費税200円)  
step2 9,450円(消費税450円)

定員:7名(最少催行人数2名)

参加レベル目安:step1:スキー初心者からOKです。

Step2:スキー場中級斜面を無理なく滑れる方または step1 受講者。

集合:ペンションもくもく 8:30

行程: 行程はあくまで目安です。

### 1日目

8:30 集合。行程説明

8:45 移動。食事買い出し(コンビニに寄ります)

9:00 準備。講習開始

・step1 では、ツアーの基本となる歩き方からレッスンし、安全な登り方、下り方の習得を目指します。

・step2 は実践主義！基本をおさらいし滑りに慣れたら、さあ出発！

11:00 ツアー開始

12:00 昼食

15:00 ツアー終了

15:30 もくもく着。解散。

## 2日目

8:30 もくもく集合。移動。食事買い出し。

9:00 準備。ツアー開始。

11:30 昼食

14:30 ツアー終了

15:00 もくもく着。解散

### 〔装備〕・必携装備

ネイチャースキー(レンタル有り 1日/3,150円)

ザック(装備をすべて入れられるもの)

ウェア(登山用がベスト。ゲレンデ仕様は、汗をかくので不向きです)

防寒着(フリース・インナーダウンなど)  ゴーグル・サングラス

帽子(耳が隠れるもの)  防寒グローブ(撥水 or 防水仕様)

昼食・行動食  ゴミ袋

### ・快適に過ごすための装備

予備グローブ  ネックウォーマー  カイロ  ティッシュ・タオル

保温水筒  携帯座布団  カメラ

バーナー・コッヘル・嗜好品(天気の良い時は、のんびりランチをする事が出来るのであとより楽しめます)

### 備考:

- ・1日のみの参加は出来ません。
- ・スキー場を利用しての講習、ツアーは、リフト代が別途必要になります。
- ・天候によりコース変更または中止になる場合があります。