

開催日・場所

2021年7月3日(土)、4日(日) 〒394-0055 長野県岡谷市内山4769-14 やまびこスケートの森アイスアリーナ

合宿内容

パートナー役と組んで滑る練習、PDワンポイント(シャドーやターン前後の練習)、総当たり(小塚さんもカナスタに挑戦)、小塚さんスケートニングスキルテクニクレッスン・コレオ(PD課題を取り入れた振付)プログラムを行います。 ※本合宿は小塚アカデミーとの共同運営となります。

<スケジュール(予定)>

7月3日(土) 集合 14:15

陸上トレーニング 14:30-15:30 フットプレイスメント練習 コレオ(振付)確認

氷上時間1回目 16:00-17:30 小塚さんスケートニングスキルワーク・PD(事前アンケートでヒヤリング)ワンポイント・コレオ(振付)ムーブメント練習

氷上時間2回目 18:00-19:30 プチDANCEセッション・カナスタ総当たり など

7月4日(日)

氷上時間 9:45-11:45 小塚さんスケートニングスキルワーク・ミニDANCEセッション・カナスタ総当たり

陸上トレーニング 12:10-13:00 ペアワーク・テンション・ホールドの練習

【参加費】 ①一般26,000円

(振込先は申込み後メールにてご案内*2日間の合宿となります。1DAYの参加はできません。*宿泊・移動手段は各自ご手配)

参加パートナー役(予定)：小塚崇彦さん・坂頂達也さん・辻馨さん・水谷心さん・五島千寿
など、全日本・国際大会出場OBがパートナー



参加方法

- ・ Googleフォーム <https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSfGk8fVUwKGfrTf4pNuP5tzlJ5OnSwHftfU-Gm3ITQnquqrA/viewform> までお申込みください。
- ・ 密を避けるために人数の制限を設けております。(申込み後、後日、ご連絡をメールにてご案内します。)
- ・ コロナ状況によっては内容を一部変更する場合があります。
- ・ 新型コロナウイルス感染拡大防止にご協力(体温管理、フィジカルディスタンス、マスクの着用など)ください。