以下、同意の上ご参加ください！

スクールは多人数が共同生活し、スキーや他の活動に取り組みます。
日常生活同様、ケガ、骨折、疾病、種々の感染症、気分的落ち込み等の発生の可能性は常にあります。根本的に、ケガ、感染症等「しない・させない」などの確約はできません。

- ●活動に支障が生じるようなケガ、風邪・インフルエンザをはじめ感染症が疑われるような発熱・下痢の場合は受診し、骨折・縫合、感染症等と診断された場合は、お宅に連絡をとり、活動継続・看護・帰宅（現地迎え）等を相談します
- ●状況により、市販の小児用解熱剤・咳止め・整腸薬・化膿止め・湿疹軟膏等使用することもあります。全て、その後状況観察し、活動に支障がないような場合は、病院の受診やお宅への連絡を逐一しないこともあります。
- ●同班の子に種々感染症の発症が確認された場合でも、他児はうつっていないことも考えられますので、そのまま活動を続けます。
- ●擦り傷、切り傷、打ち身、捻挫など、日常的な怪我については、消毒、絆創膏、シップ類等で手当てします。本人の体調変化、活動力低下が見られる場合は安静にし様子を見ます。
- ●医療的ケアの喘息吸引薬、アトピー塗布薬、本人常備薬使用に関しては、健康データカードで委任して頂きます。
- ●出発後、現地での地震・強い風雨時、スクール展開や帰着日に支障が無いような場合、お宅への連絡はいたしません。
- ●旅行傷害保険に加入しますので、ケガの際は保険約款に従い保険料が支払われます。帰宅後の通院の為の交通費等は含まれませんので、あらかじめご了承ください。

スキースクール　Bコース　出席票

上記 同意の上申し込みます

ふりがな 参加者名	男 ・ 女 小学 ・ 中学　　年		
生年月日	西暦　　年　　月　　日		
現況	現在クラブ在籍中 ・ クラブ在籍以外		
住　所 会社登録 携帯番号	〒　　－ TEL　（　　）　　父・母・その他（　　）		
ふりがな 保護者名			
ラックスキー 毛糸帽子	有 ・ 無	身　長	cm
		靴サイズ	cm
希望集合地	坂戸駅 ・ 道の駅はなぞの ・ 大崎駅 上野公園 ・ 文京区 ・ やまびこ公園 松本児童遊園 ・ 立川駅 ・ 藤沢駅 ・ 古河駅		
兄弟参加の有無	本人のみ ・ 兄弟参加有		
クラブ会員外の方のみ記入	同班希望の友人名 ①【　　会場】　名前 ②【　　会場】　名前		

★裏面に指導班分け参考用のスキー技能調査あり。全員記入です！

P		C		No		/	PC 入力者

スクールの意義は「将来にむかっての修行場」

スクールは自立にむかっての練習をする場です。集団の規則を学習する場であり、現実生活での社会性や、その中で生きる力や知恵を学ぶ良い機会ともいえます。ですから、スキー技能のみならず、身辺自立や対人関係、依存的な傾向などの改善という側面も含みます。克服する為のスモールステップがおのずから存在し、それら様々なことを少しずつでも乗り越えさせたいと考えています。

ただ楽しさだけに目をむけるのではなく、スクールにおいて「為すことにより多くを学ばせよう」と企画しています。乗り越えた事が、結果として楽しかったと感じさせます。楽しさは努力の後に来るものです。それでこそ有意義だったといえます。ここが、ただ快適さだけを求めるツアー・旅行と大きく違うところです。

当然、プログラムは、子ども達の好奇心や興味、意欲を発奮させるのに十分なものになっています。3日間、むやみに気負うこともなく取り組んでいる間に、達成されるべきものが増えていきます。

班 編 成

- ●同じ集合地毎に、クラブ会場・兄弟姉妹・友人等の子ども達で１０名前後の生活班を作り、専属講師が生活を共にします。同じ班を希望する友人がいましても、集合地が違うと送迎ルートが異なるため、生活班も変わります。現地での班移籍はできません。同班希望があれば同じ集合地にして下さい。
- ●スキー講習においては技術や経験の有無を考慮し、各講習班（入門・初・中・上級）に分かれます。
- ●生活班は原則男女に分かれますが、スキー講習は混合指導です。

～ 申し込みのご案内 ～

Ⅰ 出席票をクラブ参加時に、担当講師に提出してください。

受付期間　11 月 14 日（土）～11 月 27 日(金)完全締切

Ⅱ 12 月 14 日、実施のしおり・名簿・テキスト・払込用紙など、書類一式を送ります。詳細は「実施のしおり」に全て記載されています。

Ⅲ 参加費の納入は開催できた場合、出発後に同封の払い込み用紙で郵便局にて納入してください。

☆現地降雪量によっては、滑走面積の縮小や、所々地面が出る等の十分ではないゲレンデコンディションでの開催もあります。まったく滑走不能の場合は中止になります。開催の可否は降雪量と降雪予報を参考に判断します。

SPORTS SPIRIT

スキースクール Bコース

１月４日(月) ～ ６日(水)　２泊３日
シャトー塩沢スキー場　吉里ロッジ

当社では子ども達が運動を通じて健全・温厚・良心的に育ち、将来社会に貢献し得る「人間形成塾」を意図しています。スクールはより幅の広い野外での学習を推進しクラブ活動だけでは子らに伝えきれない部分を補完したいと考え以後の成長に役立つ総合学習として位置づけています。



募集対象：小学生・中学生
（クラブ会員・元会員及び、兄弟・姉妹・友人関係）
～ 全集合地バス利用です ～

対象エリア ： 集合地（集合地は出席票にも記載してあります）
埼玉西部 エリア ： 坂戸駅　　道の駅はなぞの
東京 23 区 エリア ： 大崎駅 ・ 上野公園 ・ 文京区 江戸川やまびこ公園 ・ 松本児童遊園
東京市部・多摩 エリア ： 立川駅
神奈川 エリア ： 藤沢駅
茨城・栃木 エリア ： 古河駅

各集合地の参加人数により、大型バス、当社保有の中型バス・マイクロバスが送迎に当たります。

☆参加者は入門・初・中・上級のスキー指導班に分かれます。
出席表裏側の**「スキー指導班分け参考データ」**を記入して下さい。

ラック スポーツクラブ　TEL. 048-886-6511

当社スクールは・・・

当社スクールが大人気の秘密は、「上手になれる」「充実した楽しさ」「信頼に足る運営システム」「改善され続けた知恵の蓄積と実現されたアイディアが盛りだくさん」「この内容でこの良心的参加費」等、表記しきれないほど有意義さがいっぱいだからです。
また、安全に対する十分な配慮と看護・保健部屋を用意し健康管理にあたっています。冬季は・インフルエンザ等、呼吸器系感染症も流行期に当たりますので、ご家族みんなで予防接種しておけば、より安心感も高まります。

食事メニュー表

☆個人状況に応じた個別食、除去食は用意できません。

初日昼	**ミートソーススパゲティー**（牛肉･トマトペースト･人参･玉葱･りんご） **森永エンジョイカップゼリーぶどう味**
初日夜	**カレーライス**（豚肉･玉葱･人参･じゃが芋･マーガリン･カレー粉･りんご･バナナ･ガーリック･フォンドボー）　**ポテトサラダ**（じゃが芋･人参･マヨネーズ） **福神漬け**　**雪印恵イチゴヨーグルト**
2日目朝	**ごはん**　**玉子焼き**（卵･鰹だし）　**ウィンナー**（豚肉）　**唐揚げ**（鶏肉） **塩サケ**　**きんぴら**（ごぼう･人参･しょう油）　**ほうれん草おひたし** **味付けのり**　**みそ汁**（白菜・豆腐）　**ヤクルト**（乳酸菌･牛乳）
2日目昼	**中華丼**（豚肉･人参･タケノコ･白菜･キクラゲ･ナルト･長ネギ･ご飯） **森永エンジョイカップゼリーいちご味**
2日目夜	**牛丼**（牛肉･玉葱･糸こんにゃく･水あめ･ご飯）　**紅ショウガ** **豚汁**（豚肉･人参･大根・白菜）　**雪印なめらかぷりん**
3日目朝	**ごはん**　**ベーコン**（豚肉）　**唐揚げ**（鶏肉）　**塩サバ**　**ブロッコリー** **トマト**　**肉じゃが**（豚肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・しょう油）　**味付けのり** **スクランブルエッグ**（卵･牛乳・バター）　**ヤクルト**（乳酸菌･牛乳） **みそ汁**（ワカメ・エノキ）
3日目昼	**豚挽き肉とキノコのクリームスパゲティー** （豚肉･ひら茸･牛乳・マッシュルーム･ガーリック） **森永エンジョイカップゼリーりんご味**

◆メニューと照合しあまりに食べられないものが多い子は参加を見合わせて頂きます。
◆メニューの多くに小麦粉を含みますが、小麦アレルギーの子は、ご飯とふりかけ等で代用します。

●マヨネーズは「卵成分」なし。その他、そば粉・ピーナッツ成分を含む物は使用していません。
●その他の食物アレルギーがある方はメニューの中で食べられる物を食べています。代替食の持ち込みはできません。

参加費

参加費用には講習料・スキー帽子
防水手袋・テキスト・スキー道具
リフト代・保険料・宿泊費・送迎費
消費税等、一切を含みます。



種　　別	値　段
クラブ在籍会員	52,500 円
クラブ会員以外の方	54,000 円

割引制度について

●ラック毛糸帽子お持ちの方　　500 円引き
●兄弟参加　　1 名につき　　2,000 円引き



参加費の納入について

郵送書類内の「ゆうちょ銀行払い込み用紙」には個人の金額が印字されています。開催できた場合は、出発後に郵便局にて納入してください。現金、コンビニ、他の支払い方法での扱いはありません。

※帽子は当日集合地で渡します。

＜キャンセル規定＞

12 月 14 日(月) ～ 出発日までのキャンセルはキャンセル料 5,000 円が発生します。キャンセル料は開催できた場合のみお預かりします。中止の場合、キャンセル料は発生しません。

●出発当日までキャンセル料は変わりませんので、体調不良の場合も、スクール直前まで様子をみて、前日に連絡をください。

交通経路

※集合地の参加人数により、ラック中型（40 人乗り）・マイクロバス（２９人乗り）≪全車ＤＶＤ完備≫、または大型バスが配車されます。

専用バス　　集合地　　シャトー塩沢

（休憩含め 4 時間）

健康データカードは、出発当日、集合地にて提出して頂きます。

ラックスポーツクラブ　検索

ラック HP 宿泊スクール
直通 QR コード



★ スキー手袋は全員分用意されています。
◆ リュック、バッグは背負っていきます。
◆ スキー板、ブーツの持ち込みはお断りします。
◆ スキーウェアは各自で用意します。レンタルはありません。
◆ 当社スキースクールはヘルメットは着用していません。
◆ ゴーグルは不要です。猛スピードは出せない、濡れてずれると不快、曇る、小学生だと管理に難があるなどの理由です。ただし目が眩しさに特に弱い子、高学年で既に持っている子など、少数の子が持参しています。
◆ ナイタースキーはありません。

☆スクール終了時に「できるだけ どの子も多く映る様に編集したスキークラス別動画」を YouTube に限定公開でアップします。

■お問合せ■
ラック スポーツクラブ　048-886-6511

スキー指導班分け参考データ

① 以前にラックスキーに参加したことが　【 ある ・ ない 】

→「ある」方
ラックスキー参加後に家庭等でスキーに行きましたか？
【 行った ・ 行ってない 】

→「ない」方
過去家庭等でのスキー経験はありますか？【 ある ・ ない 】
（　　回）

② 以下、級毎の技能目安です。
当てはまる級の四角に〇をして下さい（全員です）

上級レベル ☐
・急な斜面を、板を「ハの字」で、転ばずに滑ることが出来る。または、少し急な斜面を板を揃えたまま滑る事が出来る（パラレルターン）

中級レベル ☐
・板をつけて一人でリフトの乗り降りができる
・少し急な斜面を、板を「ハの字」で、転ばずに滑ることが出来る（プルークボーゲン・中速）

初級レベル ☐
・緩い斜面を、板をハの字で滑ることが出来る（プルークボーゲン・低速）
・転んでも一人で立つことができる

入門 ☐
スキー経験なし