

- 日 時 : 5月20日(日) 陸上トレーニング ベースアップトレーニング  
 テーマ 「股関節の可動域を広げて、アライメントを整えよう！」
- 6月2日(土) インライントレーニング 入門編  
 テーマ 「遊びながらバランス感覚を磨く！」
- 7月1日(日) インライントレーニング 基本編  
 テーマ 「回旋操作を紐解く」
- 7月14日(土) 陸上トレーニング アクティブプログラム  
 テーマ 「たわみにつながるポジショニング」
- 7月15日(日) インライントレーニング 応用編Part.1  
 テーマ 「スムーズターンを描こう！」
- 7月29日(日) インライントレーニング 応用編Part.2  
 テーマ 「たわみの土台を作る」

- 講 師 : 吉田 勝大 (ICI石井スポーツプロスタッフ・SAJデモンストレーター)  
 須川 尚樹 (ICI石井スポーツプロスタッフ・SAJナショナルデモンストレーター)  
 コーディネーター: 齊藤 人之 (ICI SKI ACADEMY校長・SAJデモンストレーター)

- 時 間 : 9:00 受付 / 9:30 開始 / 12:00 終了

- 場 所 : ティネオリンピックアスキー場白樺コース向 第5駐車場  
 5月20日(日)、7月14日(土): 真駒内公園(集合: 真駒内セキスイハイムスタジアム車寄広場)  
 ※別途駐車場使用料金がかかります

- 参 加 費 : インライン練習会 ¥1,080(税込) / 陸上トレーニング ¥2,160(税込)  
 (保険代込)

- イベント当日緊急連絡先 携帯 080-8297-0574

- お問い合わせ ICI石井スポーツ 宮の沢店 011-676-8360 FAX 011-676-8377  
 お申込み ICI石井スポーツ 札幌店 011-726-2288 FAX 011-726-2290

## 領 収 書

様 金額 ¥

平成 年 月 日

株式会社

ICI石井スポーツ

THEオフトレ参加代金として領収いたしました。

ご参加の日程に○を付けてください 5/20 ・ 6/2 ・ 7/1 ・ 7/14 ・ 7/15 ・ 7/29

THEオフトレ

フリガナ  
氏名

\_\_\_\_\_

2級程度 ・ 1級程度

生年月日

年 月 日 年齢 才 スキーレベル

その他

電話番号

\_\_\_\_\_

携帯番号

\_\_\_\_\_