

スノーヴァ新横浜ベーシックトレーニング(人数限定)

年々暑くなるオフシーズンの時期に天候や熱中症等のリスクを気にせず、冬のシーズンに繋がるベーシックトレーニングをインドアスキー場で開催します。

テーマはスキーを履いて正しく動こう！

オフシーズンでも雪上感覚を維持
スキー&ブーツを履き雪上で滑走しながら



基本姿勢&ポジショニングの確認
基本動作確認エクササイズの正しいやり方等の確認
ショートスキーを活用したバランス&動作確認

場所 スノーヴァ新横浜 <https://snovashinyoko.co.jp/>

オープン前に貸切営業でトレーニングをおこないます

集合 7:30

トレーニング時間 8:00～10:00

SL スキー及びショートスキー使用(ショートスキーはこちらで用意します)

開催日程

6月2日(日)、9日(日)、15日(土)、23日(日)

7月7日(日)、14日(日)