

会津レベルアップスキーキャンプ

- 開催日 2019年3月26日～3月29日
- 会場 会津高原たかつえスキー場（福島県南会津郡）
- ディレクター名 安齋 朱里（あんでいー）

■キャンプのねらい

- スキーをさらに好きになる。
＝スキーの楽しさを再確認する。
- 仲間の大切さを感じる。
＝年齢差、性差にとらわれず、仲間意識を持つ。
- SAJバッジテストを通し、目標の大切さ・努力する楽しさを知る
＝【自信】を持って帰る。

■同行スタッフ（キャンプネーム）

にっき、りょーすけ、あまえび、やまさん、いけさん

■活動内容

<1日目>
集合、スキー場到着
スキーレッスン①【足慣らし】
スキーオリエンテーション
スキーのためのストレッチ講座

<2日目>
スキーレッスン②③
スキーレッスン④【ビデオ講習】

<3日目>
スキーレッスン⑤
スキーレッスン⑥【バッジテスト】
ラストナイトフェスタ

<4日目>
スキーレッスン⑦
スキー場出発、解散



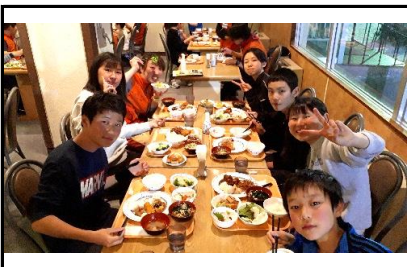
バスの中からスキーのことを考えるスキー三昧の4日間の始まりです。



まずはみんなで滑ってレベルチェックです。



足慣らしをして、2日目からのレッスンに備えます。



ご飯をいっぱい食べて、エネルギーチャージ！！



バッジテストとは？スキーオリエンテーションです。



身体のメンテナンスも自分たちで。ストレッチ講座、開講！



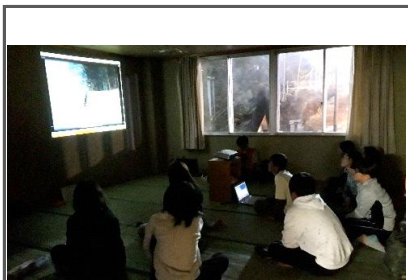
自分の4日間の目標を決め、集合部屋に貼りました。



2日目はポジション確認からスタート。自分の軸はどこか考えます。



コブには練習あるのみ！たくさん滑って自分のものにしていきます。



ビデオ講習では、自分と仲間の滑りを客観的に見て学びます。



空き時間はみんなでトランプ！とっても仲の良い、13人です。



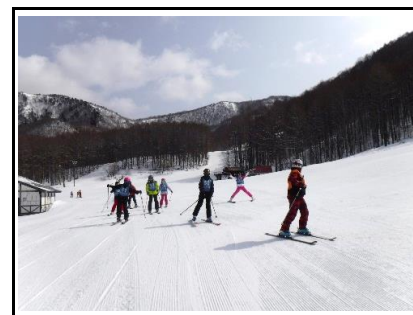
夜に雪が降り、3日目は新雪！パウダースノーを満喫しました。



午後はいよいよバジテスト。緊張もありながら頑張りました。



ラストナイトフェスタは大盛り上がり。疲れも吹っ飛ばす楽しさでした。



最終日もレッスン。最後まで自分のスキーと向き合います。



最後に振り返り。目標は達成できたかな？



高校3年生、卒業おめでとう！！次はキャンプカウンセラー！？



ともに頑張り、ともに笑って過ごした仲間たち。また会おう！！

■キャンプのエピソード

仲間の大切さ

「新雪かつ非圧雪の急斜面を全員が滑り降りた」という驚くことができました。2日目の夜の天候は大雪で、それまではいわゆる「春のグレンデ」でしたが、3日目の朝には「冬景色」に変わっていました。足慣らしも兼ねて、全員で頂上のコースへ。頂上から滑るグレンデは新雪かつ非圧雪、そして急斜面。そこを滑るかどうかは本人次第でしたが、全員が「滑る」と決め、心が折れそうになる場面もありましたが、全員が無事に滑り降りることができました。なぜ滑ることが出来たのか…それは「仲間」がいたからではないでしょうか。13人は切磋琢磨しながら、常に一緒に過ごしていました。その周りの存在が背中を押したのだと思います。その急斜面を滑るとき、応援したり見守る姿勢がありました。スキーは個人競技ですが、「仲間がいるから上達し挑戦することができる」と、改めて感じました。

ラストナイトフェスタ

小学生の頃から高校生になるまで参加しているメンバーが多いことが特徴のレベルアップスキー。夜は特別に「高校生タイム」という時間を作っています。その時間にするのは、最終日の夜に行われる「ラストナイトフェスタ」を考えること。ゼロの状態から作るのが高校生の役目です。自分たちのやりたいことを並べるのではなく、「何が盛り上がるかな？」「男女混合の方が楽しめるかな？」と、みんなの視点に立って考えている姿勢はとても頼もしいものでした。準備も自分たちで率先して進め、迎えたラストナイトフェスタ当日。「大丈夫かな？」と心配していたゲームも何の問題もなく、全員が心の底から笑い、高校生の予想以上に大いに盛り上がりました。ある中学生の日記には「疲れが吹っ飛ばすほどの楽しさだった！」と書いてあり、私もとてもうれしく思いました。良い時間を作ってくれた高校生に感謝です。