

<p>新日本スポーツ連盟・兵庫県スキー協議会 通信</p> <p>N O W ナウ No.294</p> <p>ホームページアドレス http://www.wsaj.org/</p>	<p>発行 2019年 4月9日</p> <p>県スキー協事務局 編集者 山口 力</p> <p>〒652-0804 神戸市兵庫区塚本通 7-2-17</p> <p>セントアベニュー兵庫2F-201 TEL(078)575-4885</p> <p>郵便振替 01190-8-57461</p> <p>メールアドレス info@wsaj.orj</p>
---	---

—第5回理事会開催—

3月5日火曜日 午後7時から9時 出席者 6クラブ8名

出席者 常任理事 和田・山口・奥田・道下[パッション]・井澤[ナイスシニア]

クラブ代表理事 天野[エグレット姫路]・豊田[ゆきどり]・龍岩[Active]・山口[銀世界]

1、全国スキー競技大会 & 50周年 ウィーク

参加者 岸本・朝倉 どんぐり 6名 中村は全日程参加

2、クラブ合同早春スキー 報告 後記

3、関西ブロック春のレベルアップスキー 4月5日～7日 志賀高原一ノ瀬 ホテル山楽

担当 村原

◎ 小林 仁SAJ元ナショナルデモ ◎ ポールレッスン ◎ 初中上級指導員検定会

4、全国スキー協 春の技術部会 4月13日～14日 熊の湯硯川ホテル

5、2018年クラブ代表者会議 5月19日 会場 スポーツ連盟兵庫事務所

6、常任理事会 4月16日火曜日 午後7時から

グリンデルワルトのシャレー利用でスイススキーを堪能

MSCどんぐり

2019年1月26日～2月3日。MSCどんぐりのメンバー、7人がスイススキーを堪能しました。

関西空港発、タイ航空利用、バンコク経由でチューリッヒ空港へ。バンコクまで約6時間、2時間半の乗り継ぎの後、チューリッヒまでは約12時間のフライトでチューリッヒ空港には27日朝7時着。グリンデルワルト日本語案内所の安東所長に出迎えていただき、マイクロバスでグリンデルワルトのCHLET ABENDROTに到着。いかにもスイスのホテル、という感じの7階建ての建物で、部屋は広い2LDKを男女別に2室利用。広いベッドルーム2室に豪華なリビングダイニング、キッチンには調理道具も整い、清潔な食器も人数分以上用意されている。ここでさんには6日間調理の腕を振るっていただくことに。

シャレーはアイガー北壁が真正面、教会も間近という一等地にあり、フィルストゲレンデへは徒歩2分、登山鉄道の駅にもシャトルバスで3、4分という立地。

27日は到着後に近くのCO・OPで食材と酒の買い出し。28日は安東所長のガイドでフィルストエリアへ、長いゴンドラ、FIRSTBAHNとリフト利用で標高2500mまで登る。予報に反して晴天のもと広いゲレンデを高速で縦横に滑走する。フィルスト地区のほぼすべてのゲレンデを堪能しグリンデルワルトの市街までスキーで滑り込む。

29日も安東さんのガイドでシルトホルンエリアへ。マイクロバスチャーターでステッチェルベルグへ。ロープウェイ3本乗り継ぎでBIRG、2677mへ。この日も快晴でアイガー、メンヒ、ユングフラウを始めとするアルプスの山々が美しい。この日1日で今回のツアーの元を取った気分。ビルグ周辺を滑った後、最高所の回転レストラン、PIZ GLORIAへ。ここは「女王陛下の007」のロケ地で、ジェームズボンドの滑った急斜面を滑ることが出来る。人気メニューの「007バーガー」はボリュームたっぷり。食後はゲレンデ滑走の後標高差2000m、15km以上を滑りLAUTERBRUNNEN駅へ。登山電車でグリンデルワルト駅まで戻る。この日の滑走距離は31km、累積標高差は3,729m。

30日も安東さんのガイドでグリンデルワルト駅から登山電車利用、クライネシャイデック駅へ。午前中はクライネシャイデックエリアを滑り、昼食後はワールドカップの滑降コースをスタート小屋からゴールのWENGENまで標高差1,000m以上を撮影しながらではあったが、優勝タイムの10倍近い時間で滑降。メンリッヘンまでロープウェイで登り返しグルンド駅まで標高差約1,300mを一気に滑走。この日の滑走距離は23km、標高差は4,957mであった。登録していたガイドのリフト券でその日の滑走記録を確認できるとのこと。次回は自分たちも登録してから滑りたい。

30日はコースの概要を把握したのでガイドに頼らず自分たちのみで行動。登山電車でクライネシャイデック駅へ、そこからユングフラウ鉄道で最高所、標高3,454mのユングフラウヨッホへ。スフィンクス展望台からはメンヒの雄姿がすぐ目の前。しばらくTOP OF EUROPEを楽しみクライネシャイデック駅へ。1名はアイガーグレッチャー駅で下車、Wixiリフト経由で合流、昼食。クライネシャイデック周辺を滑った後、グルンドまで標高差1,000mを一気に滑走。

1日はグルンドから今季限りというメンリッヘンゴンドラを利用、30分の乗車でメンリッヘンまで。最終日ということでメンリッヘン周辺を存分に滑走、コースサイドの深雪も楽しむ。この日もグルンドの駅まで10km以上を一気に滑走。

2月2日は8:30、シャレーを出発、安東さんのマイクロバスでチューリッヒ空港へ。途中のスイスの風景はすでに春の感じで、かすみがかかり、牧草地は緑。午後のタイ航空でバンコクまで11時間弱、5時間少々フライトで関空には3日15時着。偏西風の影響の大きさを実感した。

滞在中はずーっと好天に恵まれ、特に1～3日目は前夜に降雪があり、日



中は晴という絶好の条件であった。1日目はガイドに遠慮してか、コースサイドにはあまり入らなかったものの2日目以降は、シルトホルンの最高所の深雪やコースサイドの非圧雪エリアも滑ることが出来て大満足。7人全員が5日間のスイススキーをたっぷり堪能できた。空港までの送迎や、3日間のガイド、6日間の登山電車と全リフトのパス、豪華シャレー、食事代を含めても現地費用は20万円弱ととてもリーズナブルで、しかしリッチなスイススキー体験でした。世話役のIさん、本当にありがとうございました。グリンデルワルト日本語案内所の安東さんにも感謝です。(MSCどんぐり 高橋)

らくらくネイチャースキーをはじめませんか？

M.S.Cどんぐりスキークラブ 奥田 信也

2月27日、先日の兵庫県スキー祭り配ったパンフレットを見て興味を持っていただいた、パッションスキークラブの村上さん京唄さんと、ネイチャースキーの体験講習に、峰山高原スキー場に行ってきました。

この日は、残念ながら雪が溶けてスキー場の脇に広がるリラクシアの森には雪がありませんでした。ですから、ネイチャースキーをするためのゲレンデ練習をするだけになりましたが、楽しんでもらえたようです。

ところで、皆様は「ネイチャースキー」を実際に経験したことあるでしょうか？

ネイチャースキーとは、ゲレンデを離れて自然の雪の上を歩いて楽しむスキーのことを言います。しかし、ほとんど知られていませんし経験した人はいないと思います。その理由は、ネイチャースキーで使うスキーのコントロールが難しいからです。ネイチャースキーの道具は、普通のアルペンスキーのスキー板にクロスカントリースキー用のビンディングを取り付けて、靴もクロスカントリースキー用のものを使います。ですから、靴のカカトは上がりますし、高さも足首までしか有りません。この道具の組み合わせで歩くのが非常に楽になります。そして、スキー板の裏面にはうろこ状の刻みが入っているため、登りも直線的に快適に登ることが出来ます。しかし、このスキー板を、普通のアルペン用のスキー技術では、回転させることが出来ません。しかし、ようやく、ボーゲンと同じように、初心者でも簡単にマスターすることのできる回転方法を見つけました。そして、それを教えるためのメソッドも確立することが出来ました。今回は、そのメソッドに沿って、道具の使いかたをマスターしてもらい、緩く短い降りがある場所なら滑れることを目指して、講習をしました。結論から言うと、二人とも、満足できるレベルまで上達しました。素晴らしいぐらい上達の早さです。つまり、傾斜の緩い斜面を、連続して回転しながら滑れるようになったのです。ネイチャースキーが初めてで、これだけ出来れば十分です。京罵さん、村上さんそれぞれから、「今までのスキー経験にないことをさせられて、疲れたけれど、楽しかった。」「初めての経験でわくわくして楽しかった。またしたい。」という、うれしい言葉をいただきました。このように滑るための技術を確立し、教えてマスターしてもらえようになったことで、ネイチャースキーは、自然の雪の上を歩くだけでなく、登って、滑りも楽しむこともできるものになりました。

いかがでしょうか。今シーズンは間に合いませんが、来シーズンは、新しいネイチャースキーにチャレンジしてみませんか？ なお、ネイチャースキーについて、詳しいパンフレットを1月に行われた行事の宣伝のために作りました。見てみたいという方がおられましたら、奥田まで連絡をください。

さらに、ネイチャースキーとらくらくスキーメソッドについての詳しい解説を「スキー&スノーウォーカーズネット」というサイトにアップしています。また、峰山高原ネイチャースキー学校のホームページもあります。グーグルなどの検索サイトから検索してごらんください。

スキー協トレーニング行事予定(4月～5月上旬) 担当:釣順信 090-9256-6157

	目的地	集合	コース・その他
4月 7日(日)	○桜満開の飛鳥を巡るサイクリング 談山神社と石舞台 花見サイクリング *青春18切符使用	姫路6:53発 (新快速・草津行き先頭車両乗車)	姫路6:53(新快速) ～三宮7:34～大阪7:53(乗換・大和路快速)8:12～奈良9:05(乗換)9:08～(万葉線)～桜井駅9:36(終点) 桜井駅レンタサイクル利用サイクリング 桜井駅～談山神社～石舞台～桜井駅(帰りは行きと同じ経路)
8日 (月)	○神戸市北区の桜名所を歩く 有馬川沿い花見ハイキング 協賛行事:垂水年金者組合	JR三宮駅東口8:50 ミント神戸前バス乗り場有馬行きバス 9:00発神鉄有馬口駅下車(神鉄乗換)道場駅下車	道場駅～有馬川沿い～千刈貯水池前広場(神戸花の名所50選)～JR道場駅～阪急宝塚駅～(阪急)～神戸三ノ宮駅
21日 (日)	○歴代姫路城の墓所を訪ね 姫路城を望む	JR明石駅新快速ホーム9:10発 (新快速姫路行き乗車・姫路乗	野里駅～増位山～廣峯山～野里駅

	姫路増位山ハイキング協賛 行事:垂水ハイキングクラブ	換)～野里駅 10:00	
27日 (土)	○大阪府・和歌山県境の花 の名所を歩く 岩湧山ハイキング	JR三宮駅ホーム東7:00 7:05 発(新快速乗車)～大阪7:28(環 状線乗換)天王寺7:54(近鉄電 車乗換)～河内長野駅下車	河内長野駅～(バス)～登山口～ (ハイキング開始)～南海紀見峠 駅～新今宮駅～JR今宮駅
29日 (月・祝)	○高山植物を見る 六甲高山植物園ハイキング	阪急六甲駅 9:00 阪急バスで山上へ	六甲高山植物園 六甲ガーデンテラスなど
5月 2日(火・祝)	○大阪府お宮参りと飯盛山 ハイキング	JR尼崎駅東西線乗場ホー9:15 * 姫路8:09(新快速・先頭車両 乗車) 尼崎9:06(乗換・東西線) ～野崎下車	野崎駅～野崎観音～飯盛山～ 野崎駅
4日 (金・祝)	○芦屋市内の歴史的建造 物を見る 芦屋市内ウォーキング	阪急芦屋川駅 10:00	ヨドコウ迎賓館 芦屋神社 芦屋仏教会館など
6日 (月振替休 日)	○加古川周辺サイクリング	山電高砂駅改札口 10:00	高砂駅西レンタサイクル利 加古川河川敷日 岡山 平荘湖 石の宝殿など周遊
11日(土) ～13日(月)	○弾丸フェリーで行く大分の 旅 鶴見岳登山 別府温泉巡り 高崎山お猿見物山電利用 者は1万1000円(山陽各駅 往復券・フェリーバス往復 券・往復フェリー代・ 食事券500円付)	11日:阪神御影駅17:30	11日:東神戸港より19:50発大 分行きフェリー乗船 12日:大分港7:20着JR大分駅 より別府～(バス)～鶴見岳登山 ～別府温泉巡り～高崎山～大分 港19:15発フェリー乗船 13日:東神戸港6:35着

どんぐり恒例の北海道深雪スキー、深雪はかなわず！ 2019.2.19～25

どんぐり恒例の旭川ベースの北海道深雪ツアーには部外者を含めて17名が参加、今年は 三段山への山スキー組とゲレンデ組、先発組が別々に行動し最終日にピヤシリスキー場に16人が結集し、なよろサンピラーに宿泊し仕上げ宴会を行いました。

2月20日、神戸空港12時半出発、2時半新千歳空港着。レンタカー3台に分乗して17時過ぎに定宿の東横イン旭川駅東口に到着しました。

(先発組は19日の朝便で出発。到着後と20日はカムイスキーリンクスでスキー。)

21日、8時ホテル発で富良野スキー場へ。先発組の3名と合流し北の峰ゴンドラから富良野エリアの最高所のゲレンデ中心にたっぷり滑走を楽しむ。

22日、三段山組10名とゲレンデ組4名に分かれて行動。ゲレンデ組は旭岳ロープウェイスキーコースで先発組と合流。上部は視界不良であったもののロープウェイを4～5本利用して滑走。旭岳は結局姿を見せず。湯駒荘で日帰り入浴の後旭川へ。

三段山山スキー組は吹上温泉白銀荘からシール登高で三段山の2段目上くらい登りましたが、視界不良で昨年続きこのあたりから樹林帯を滑降。雪は少なめですが少し新雪も滑ることができました。下山後、白銀荘の温泉に入って旭川へ。

23日、8時出発でゲレンデ組はカムイスキーリンクスへ。旭川から40分ほどと近くのゲレンデだが、1本のゴンドラでトップまで登れ、中～上級斜面が放射状に展開していて効率的に楽しめる。ゲートも解放されていてブナ林の林間コースも楽しめる。5時間弱の滑走後深川駅を經由、アグリ工房の日帰り入浴の後ホテルに戻る。



三段山山スキー組は旭岳ロープウェイスキーコースで先発組と合流。この日は朝のうち少し晴れて視界も良く、新雪も少し積もっていたので快適な新雪滑降を楽しめました。



24日、8時ホテル発。ゲレンデ組は今回初めてとなるピップスキー場へ。国道40号線で40分ほどとここも旭川から近い。ここで先発組と合流、ゲレンデトップからは大雪連峰が一望できる。この日の旭岳は悔しいことに好天、姿見の庭には雲がかかっている。好天が続いたため朝一番のゲレンデは固い。広い非圧雪ゲレンデがあるものの滑走意欲が失せる。次回の深雪を期待して3時間で終了、国道40号線で約1時間半、ピヤシリスキー場に到着。早速のチェックインも可能。滑り足りなかった先輩お二人は早速ゲレンデに、6～7本滑ったとのこと。

夕方16名が集合、18時から宴会場で打上げ。大画面でデジカメの映像も楽しんだ。

24日、朝9時、リフト運転開始を待って空きのゲレンデへ。ピヤシリも好天続きで深雪

は残っていない。誰も滑っていないイースタンコースを年寄り15名で独占。リフト10本以上利用で高速滑走を楽しむ。11時にスキーを終え、入浴の後ホテルをチェックアウト。昼食後13時にピヤシリ発。士別から道央道経由で16時過ぎには千歳でレンタカー返却後、新千歳空港へ。期待していた深雪にはあまり恵まれませんでしたがたっぷり4～5か所のスキー場と三段山の山スキーを楽しんだ6日間でした。

(高橋)

兵庫スキー協 クラブ合同早春スキー 報告 3月29日昼出発～4月1日帰着 志賀高原一ノ瀬スキー場
兵庫スキー協会員の多くの方々がスキーシーズンを2月いっぱいまで終了している中で、少しでも長く3月いっぱいまでスキーを楽しんでいただきたいと計画しました。参加者は5クラブ27名でした。今回は31日

に山楽まつりが行われ。午前中の競技会には23名が参加、夜の表彰式と抽選会には全員が参加しました。天候とゲレンデ状況は予想に反して積雪量も雪質も良かったです。3日間共に夕方から夜に雪が降り、朝には降りやみゲレンデは新雪が積り滑りやすくなっていました。特に4月1日は10センチ近く積もり快晴。子ども達と一緒に林の中の新雪を滑りました。子ども達はワイワイと騒ぎながら喜んで滑っていました。

参加者 銀世界3、パッション11、ゆきどり3
エグレット姫路8、ドナルドダック2

山楽大会 女子1位 水戸 エグレット姫路
3位 見満 ドナルドダック
6位 坂田 ドナルドダック
男子1位 大道 エグレット姫路
3位 和田 パッション
4位 佐々木 エグレット姫路
6位 豊田 ゆきどり

抽選会では、ジュニアのスキー板・ファミリーマート商品券等々全員に賞品が当たりました。スキーの方は、主に各クラブを基本にグループ分けを行って滑りました。エグレット姫路グループ・パシヨングループ・ゆきどりグループ・ドナルドダックグループ・道下さんは初心者・山口は子ども達を担当して滑りました。一の瀬を中心に、寺子屋からサンバレーまでと焼額・奥志賀まで滑り回りました。雪は十分にありました。ゲレンデはスキーヤーが少ない事もあり怪我人はありませんでした。帰りは、西宮北口到着7時予定よりも1時間半早く着きました姫路も1時間以上早く着いたと思います。

👉 山楽大会スタート台



👉 エグレット姫路の参加者

👉 優勝した水戸さんと大道さん



ラッキー

焼額第1ゴンドラに1台だけLOVE・LOVEと飾りつけられた、ゴンドラに乗ってはしゃぐ子ども達！ 📍

