

スキー教室

# レベルアップを目指し 基礎からしっかり指導

1月3日(金)・4日(土)・5日(日)  
神居岩スキー場

1月3日(金)・4日(土)・5日(日)の3日間、神居岩スキー場でスキー教室が開かれます。

スキー教室は小学1年生から中学3年生までを対象にスキーの技術向上とスキーを安全に楽しんでもらおうと、留萌スキー連盟が昭和57年1月から開催し、今回で33回目を数えます。

留萌スキー連盟は、これまでに全道大会や全国大会、オリンピックで活躍するスキー選手を数多く輩出してきました。

留萌スキー連盟事務局長の倉内さんは「スキー教室は基礎スキーやクロスカントリー、ファミリーなどの教室を選択でき、スキーを安全に楽しんでもらうための基礎を指導員が親切にレッスンしますので、初心者や親子も安心して参加できます。教室終了後には、参加者に修了証が交付されます。さらに上級を目指すレベルアップ教室やアルペンポール教室の参加者も受け付けています」。また、「小学生を対象にしたジュニアテスト(1級~6級)、年齢制限なしの級別テスト(1級~5級)のスキー検定も実施しますので希望者は下記へご連絡ください」と話しています。

長い冬を楽しく過ごすために、ぜひ冬休みを利用して、スキー教室に参加しませんか。

留萌スキー連盟 ☎090-6750-2076(倉内)



留萌スキー連盟 事務局長 倉内 章さん



▲指導員の説明に聞き入る子どもたち



▲ゲレンデの上までは手作りのかむいわ号が活躍

●初心者向けスキー教室のご案内(レベルアップ教室、アルペンポール教室は別日程)

教室名	対象	日程	時間	実施会場	受講料
クロスカントリースキー教室	小学1年生~中学3年生(男女)	1/3(金)・4(土)・5(日)	9:30~11:30	神居岩 スキー場	3,500円
ジュニア教室	小学1年生(男女)	1/3(金)・4(土)・5(日)	10:00~12:00		6,000円
	小学2年生(男女)		13:00~15:00		8,000円
ファミリー教室	親子で2人1組(園児可)	1/4(土)・5(日)	10:00~12:00		

※各教室の受講料には保険料が含まれます。 ※悪天候などで中止する場合は担当者より電話連絡します。



▲スタート前の準備運動後に参加者全員で記念撮影

新春の恒例となった元旦マラソンが平成26年1月1日(水)に行われます。

元旦マラソンは昭和54年から始まり、今回で35回目を迎えます。参加者は小学生から高齢者まで幅広く、新しい一年の始まりにさまざまな願いをこめて完走を目指します。

元旦マラソンのコースは、JR留萌駅前をスタートして、留萌セントラルクリニック、十字街西ビル、留萌税務署、留萌信用金庫沖見支店を通り、留萌神社をゴールとする約3kmです。

主催者の留萌走ろう会会長の炭谷さんは「一般の参加者にも負担の少ない距離を設定しています。完走することが目的ですので途中で歩いて結構です。近年では友人同士や正月に帰省した方が家族で参加するなど、思い思いに走り初めを楽しんでいます。完走した参加者は留萌神社で参拝後、牛乳で乾杯するほか、おみくじを引いて一年の健康を祈願します」。そして「元旦マラソンへの参加を希望される方は、事前の申し込みや参加料は必要ありません。元旦午前9時30分までにJR留萌駅前にお集まりください。ただし、防寒対策をしっかりと施して参加願います。多くの皆さんとともに走る楽しみを肌で感じながら、笑顔でゴールを目指しましょう。また、初詣などでお出かけの皆さんも沿道などで参加者を見かけたら、温かい応援の声をかけていただくととても励みになります」と話しています。心地よい汗を流し、一年のスタートを切りませんか。

留萌走ろう会 ☎090-2052-4182(炭谷)



▲JR留萌駅前を元気にスタートする参加者



▲完走後に牛乳で乾杯し新しい一年の健康を祈願

## 新しい一年の始まりに 願いこめて完走目指す

元旦マラソン

1月1日(水) 午前10時  
JR留萌駅前スタート



留萌走ろう会 会長 炭谷 憲治さん