

北海道ダイナミックスキー

雄大な自然の中でスキルアップを

グレンデの広さも雪質も日本屈指のスキー場でレベルアップを目指します。今回は熊本YMCAおよび福岡YMCAとの合同実施となり、スキーレッスンは他YMCAのお友達も含めた同レベルのグループを編成して行います。

(1) 参加要項

日 程	2023年3月26日(日)～30日(木) / 4泊5日
集 合	3/26 午前10:00 福岡空港国内線ターミナル
解 散	3/30 午後2:00 福岡空港国内線ターミナル
会 場	ニセコビレッジスキーリゾート(北海道虻田郡)
宿 泊	ヒルトンニセコビレッジ(北海道虻田郡)
交 通	飛行機・貸切バス

※送迎時のお車は、近隣の有料駐車場をご利用ください。

※天候状況や遅延などにより解散時間が遅くなる場合がございます。その際は、ご登録のメールアドレスにご連絡いたします。集合日はYMCAは休館のため、緊急の場合はP.17に記載の携帯電話におかけください。

(2) 予定プログラム

	3/26(日)	3/27(月)	3/28(火)	3/29(水)	3/30(木)
朝	福岡空港出発 空路・バスにて移動	起床・朝食 スキーレッスン	起床・朝食 スキーレッスン	起床・朝食 スキーレッスン	起床・朝食 バス・空路にて移動
昼	昼食 ホテル到着 レンタルチェック	スキーレッスン	スキーレッスン	ワッペンテスト	夕刻/福岡空港 到着・解散
夜	夕食 グループミーティング 入浴・就寝	夕食 スキー振り返り 入浴・就寝	夕食 スキー振り返り 入浴・就寝	夕食 スキー振り返り 入浴・就寝	

(北海道ダイナミックスキー)

集合時に提出するもの

参加者シート	-	健康状態をご記入の上、集合時に受付にご提出ください。(印刷が難しい方は、別の紙に手書きで記入したもので結構です。)
陰性証明	-	出発日の72時間前までのPCRもしくは抗原検査の陰性証明をご提示ください(スマートフォン画面で結構です)。
おこづかい	-	5,000円以内。封筒に入れて封入金額と氏名を書いてください。

小さな荷物 (ナップサックやリュックサックなど)

お茶または水 (ペットボトル)	2	500ml を行きと帰り用に1本ずつご準備ください。
弁当	1	初日の昼食用です。捨てられる容器に入れてお持ちください。
ハンカチ・ティッシュ	4	
筆記用具	1	えんぴつ、消しゴム
常備薬(ある方)	適量	酔い止めや常備薬など

大きな荷物 (ボストンバックやキャリーバックなど)

スキーシャツ	3	保温性に優れ、長袖のもの。
防寒着	1	トレーナーやフリースなど。宿舎やバス、スキーレッスン中など、寒いときに使用します。
スキー用靴下	3	保温性に優れ、ひざ下までの長さのもの。
タイツ/スパッツ	3	保温性に優れ、あし首まで覆うもの。
宿舎用部屋着	1	普段着やジャージなど。
スキーグローブ	1~2	防水性に優れ5本指のもの。(濡れると乾きにくいいため必要に応じて予備をご準備ください)
ヘルメット	1	頭部の怪我防止の為必ずご準備ください。スキー専用のもの。
ゴーグル	1	ヘルメット対応のもの。眼鏡着用の方は眼鏡対応のゴーグルをご準備ください。
ネックウォーマー	1	気温が低い日のスキーレッスン時に使用します。
下着・靴下(予備含)	4	必要に応じてご準備ください。靴下は宿舎用。
ねまき	1	翌日のスキーシャツと部屋着は兼用可。
帰り用の服	1	ズボン・上着は初日と共通可。
タオル	3	お風呂用、汗拭き用など用途に合わせてご準備ください。
洗濯ばさみ	4	レッスン後、スキーウエアやグローブを乾かす際にあると便利です。(なくしやすいので必ず記名をしてください)
ビニール袋 大・小	各2	汚れ物や使用した服を入れる用。
歯磨きセット	1	歯ブラシ、歯磨き粉、コップなど

▶ 初日・最終日のスキーレッスンはありません。楽な服装で暖かくしてお越しください。