

SSFニュース

NO. 364号2019. 9. 14発行
北海道勤労者スキー協議会
札幌スキーフレンド 会長 東 隆博
編集 横山 正芳
<http://ssfskitec.web.fc2.com/>

次回の幹事会のお知らせ
10月4日(金)19:00から
皆さんも幹事会に参加を！
いつもカデル27 6Fですよ！



集合場所のTV
父さんです！
ここで待って
ますよ！

次回例会のお知らせです！

★9月21日(土):ミステリーフットパス？果たして終点？再周知！

楽しみのフットパスです！アツと驚くところへ、ミステリーかな？と思いつつ到着はなんと、皆様の希望通りの「・・・園」です！6 Km位歩きます。

- 日時:9月21日(土)10時
- 集合場所:札幌TV父さん近辺！(多分1F周り！)
- ゴールは「札幌ビール園」参加費は割引券チェック中で3000~4000円(飲みほ)ゴールの「・・・園」参加の方は13時からですので受付近辺集合です！
- 担当:フットパス:M幹事、ゴール幹事:S幹事
- 申し込み締め切り:9月18日(水):「・・・園」の関係です！MLで、①フットパス+・・・園 ②フットパスのみ、③「・・・園」から参加等をお知らせください。



★10月12-14日恒例のニセコで遊ぼうデス！1泊でも2泊でもOK！

秋を満喫の「ニセコで遊ぼう！」例会です！もう何年になったかわかる方いますか？

- 日時:10月12日(土)~10月14日(月)集合場所(車の乗り合いです！)ちなみに、10:30~11:00岩内旧ふえり一埠頭集合
- 費用:1泊:1000円+車代:2000円+食事实費(1000円位+釣り餌等:300円位)合計:1泊:4300円~5000円、2泊:5300円~6000円(概算です)
- 担当:Y 幹事⇒MLで連絡ください！ ●締め切り:10月5日(土)1週間前まで！早めに連絡をお願いします。

【今後の予定です！】↓

★SSF第40回総会です！(本当は41回ですが詳細は総会にて！)

SSFの皆さんへ 昨夜、幹事会を開き総会の準備を進めております。総会の開催日は、10月25日(金)です。会場、時間、等々が決まりましたらこのMLで改めてご連絡致しますのでスケジュールを開けて、参加して頂けることをお願い致します。葉書でのご案内は致しません。MLでのお知らせになりますので、よろしくお願ひ致します。沢山の参加で、総会を成功させてSSFの活動を盛り上げましょう。【9月11日に副会長S・S氏からのメールです。会場費用等別途ML周知となります、お待ちください。】



★9/28-29(土日)ボードクラブセンターの総会が深川の「マアブの湯」で実施されます！コテージ2棟予約してます、行ってみたい方はM浦・O野まで連絡してみても？素敵な温泉とコテージです。

例会の報告です！

⇒ 幹事をお願い！⇒必ず参加どなたかに感想文をお願いしてください。

★8月31-9月1日(土日)十勝の自然満喫！夏季クラブ交流会！



好天の中、全道各地から85名の仲間が集まり、夏季交流会が十勝の地で開催されました。SSFからはバス:M浦・O寺・O野、自転車:S木・S原・Y崎、そして燃える家族O場家はテント泊でした！9名が十勝を堪能です！若干感想文には間に合いませんでしたが、楽しい写真を見てください。次の頁もね！



S君の感想発表です。

概略スケジュール(情報:岩内港:15cm位の鯛、鰯が釣れてます)

- 10/12(土):岩内港で魚釣り(2時間くらい+ピザ釜火入れ体験+かまどで米炊き+山栗拾い(ちょうど落ち頃です)キノコは？)
- 10/13(日):リベンジ有珠山、昨年雨模様で中止！今年は！有珠山:外輪山コース約90分、下り:約60分:丘ではありません！その他:西山火山散策路、他グルメも少々！
- 10/14(月):山荘掃除と近在観察(キノコ?ブドウ?)自然満喫1泊でも2泊でも自由に参加してください！羊蹄山荘でのひと時をゆっくり楽しみましょう！山荘は語らいの場となります。



昨年はS木さんが腕を振るい、超豪華のお刺身&フライに！

例会実施日	例会内容	集合場所	時間	担当幹事	連絡先	締切	会費等	その他
9/21(土)	フットパス&・・・園	TV塔10時、ビール園13時		M浦+S藤	携帯orML	9/18	フィットパスは無料、・・・園は別途MLで周知。	
10/12-14	ニセコで遊ぼう！	岩内釣堀+有珠山	-	Y山	携帯orML	10/5	1泊でも2泊でもOKです！ゆっくり楽しもう。	
10/25(金)	第40回総会	未定	18:30~	S藤	携帯orML	別途	あつという間の1年です！楽しまなければただ年とるだけ	
11/3(日)	スキーンポジウム	教育文化会館	9:30受付	M浦	携帯orML	なし	講師:F川昇様(雪技塾主催者)お楽しみに。	
11/4(月)	三山縦走(4山?)	地下鉄琴似駅	9:00	Y山	携帯orML	なし	三角山⇒大倉山⇒奥三角山⇒・・・?	
11/8(金)	合同勉強会	Lプラザ	16:30	未定	携帯orML	11/5	ギャロップとの合同勉強会です！保険&安全&技術	

楽しい例会の報告です！十勝の続き写真です！



歌ってますよ！ノリノリでビールです！
本人の希望？？で網掛けにしました！
誰でしょう！

参加者全員で！
楽しいと笑顔が出
ます。この次は20名で！

大平原の皆さん、ありがとうございました。

★9月8日（日）平和ラン&ウォークに参加しました！



お母さんと

焼肉ジャー

母頑張る！

平和を訴え！

お母さんが頑張ってます！

なんとこの暑さは？熱中症が後ろから襲ってくる中を、お母さんと子供たちが頑張りました！ランチームです！ウォークチームも楽しめましたよ。皆さんで平和をアピールしました！そして最後は待望の焼肉とビールの乾杯でした！走って、歩いてそしてお腹いっぱいです！最高の一日でしたよ！
参加者：O塚・O寺・M浦・W島・S藤
Y崎・S藤・O野母、A君・T岳君でした。

情報その1 幹事会からのお楽しみ情報です。

幹事会でのお楽しみ内容です：2020年はSSF創設40周年となります！当然のごとく40周年記念式典を計画してますよ！

- ①「上映会&お食事会」の開催：2020年夏ごろに予定。
- ②一泊スキー例会の開催(今から貯金を)：2021年1月か2月頃に予定！近場でゆっくり！

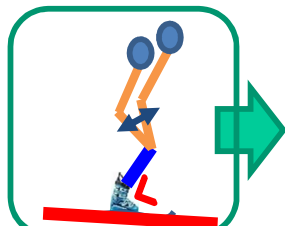
情報その2 Y崎さんからの情報です！

スキーチューンナップ情報です。スペシャルチューン(エッジ仕上げ)中・上級・検定向けエッジ指定(ハード・ソフト～選ぶ)11,000円⇒早割り9,300円⇒団体8,800円の割引になります。札幌スキーフレンドtぼ名乗して下さい。店名：カーブクリエイト 場所：西区山の手2条1丁目1-34

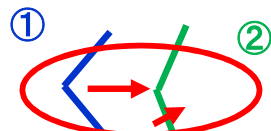
旧5号線沿い、日登寺隣 ネットURL：<http://carve.sakura.ne.jp/> みてくださいね。

- 注意事項** ★チューンナップの持ち込みは、早めをお願いします⇒支払いは前金です
★エッジ指定⇒ハード(硬いバーン)、ミディアム(オールラウンド)、ソフト(ソフトする方少ない)
★出来上がり予定は、SSFは11月2日とのことです。早めに出しましょう。
★定休日は火曜日です。

またまたみんなで考えようデス！(Y山資料の抜粋で、若干内容が少ないが！)



この動きを
自宅で実践です！



足首の曲げ
角度は少し
極端ですが
深く考えない
事！

床

図1

今テーブルの角に膝をつけて
太ももを起こします！膝の
位置は動きません。



基本姿勢を
とります！



太ももを
起こします。

★図1と図2はポイントが膝か腰か？の違いですが動きが異なります！動作の意識の違いかもしれませんが視点を少し変えるだけで、今までの欠点指摘が変わります。でも滑りは変わるかな？悪い指摘が指導者から、なくなるような気がします。

一緒にやってみましょう！
これがわかると滑りが変わるかも！

各部の角度はあまり深く考え
ないでください。概略です！

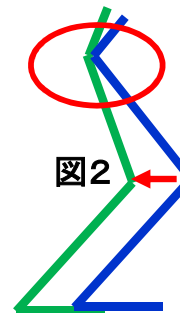


図2

腰を前に持っ
て行きスキー
を後ろに蹴る
感じ！

SSFの指導員登録が8月末完了しました。本年度の指導員登録者は、A川・O川・Y山・O寺・S原・Y崎・S藤・M浦・A・O野の10名です！今年は上位挑戦がO寺・m浦・O野です！埼玉のT田さんは、資格返上し、子供たちが大きくなったら再度挑戦します。みんなで応援しましょう。