

AUSTRIA

SKI

NAISG

オーストリアスキー教室



一三二、九三七人のスキー巨食兎に贈る、日奥国際スキー協会 公式認定 冬教科書

86

SINCE 1959

朝日

S 黒岩元康 2月/3日間

パラレルをしっかりつかまえる、「あの手この手」

いろいろな斜面を使って、リズムとスピードをキメ細かく分けて指導、身につくパラレルに。
■2/22分~24分■23,000円■7名

S 斉藤秀明 2月/3日間

先生ありがと、個別補習つきショートターン養成

ターゲットはひとつ、ウェーテルン。体のリズムから、基礎から、ポールから。速習即効。
■2/28分~3/2日間■23,000円■8名

S 斉藤敏彦 3月/3日間

脱シュテムのための、必要最小限の「動きガイド」

シュテムのくせが抜けない人へ矯正講座。カギをにぎる荷重移動とスピード・スキー位勢。
■3/3分~5分■23,000円■7名

S 奥田勝人 3月/3日間

運動オンチに捧げる、「やったらできた」速修スキー

指導歴30年からにじみてる上達のコツ、そのエキス。反復、親切、気の長い指導術が人気。
■3/11分~13分■25,000円■7名

S 松本 幸 2・3月/3日間

ソク満員、「急斜面、ショートターン」特講、特効

一段と鋭くなるターンの切れ味とスピード。自然体のスキーを自然体の名教師が直接指導。
■1時~1時30分~2時20分~2時30分~23分■25,000円■8名

S 関 喜吉 2月/3日間

カンタンにできたオレの実例、「ウェーテルン」

リズムと動きを次から小に。傾度やスピードを小から大に実えていくステップ指導で速習。
■2/5分~7分■22,000円■7名

S 黒岩秀三郎 2月/3日間

ここを心得ないと大失敗する、「すべり点検6項目」

失敗は偶然の産物ではない。「なぜ」を考えさせ、「どうすべきか」を集中6項目にまとめる。
■2/19分~21分■22,000円■6名

鹿沢

S 中村輝一 2月/3日間

パラレル速成3日・通性別による「奇策奇計」

パラレル完成への多角的近道伝授。技能、体力、精神力の個別特性にあわせて多種練習法。
■2/24分~26分■21,000円■8名

S 中西久晴 3月/3日間

上達ハイウェイ、とっておきの「谷足シュテム」法

全てのシュビンゲンの基礎、谷シュテムを集中教授。詰みけり効果が身をもってわかる。
■3/12分~14分■20,000円■7名

鹿の丸

S/S 佐藤利明 1・2・3月/3日間

まいど満員、「威力のスキー」ポール集中3日

ポールのパワーがフリースキーを愛する。集中が上達を主眼。スキー歴30年、校長伝授。
■11分~1時、22分~24分、33分~35分■25,000円■8名

S 伊藤英和 1月/3日間

ポールと上手につき合っている、「オレの秘訣」

ポールも基礎スキーも同じ原理にもかかわらず異なる点は何が、経験から鋭く迫る。
■1/27分~29分■20,000円■8名

S 倉塚 巖 2月/3日間

「上級」に値する、パワフル・パラレル・30選

急斜面やコブでも応用自在をめざして、エアターンを含めた総合パラレル強化ドリル準備。
■2/12分~14分■20,000円■7名

S/S 橋原邦正 3月/4日間

「視覚」で効果を高める、ビデオ&フォト徹底法

連日のビデオ、その場でのビデオで視覚効果、効果二重。プロなみのスキー写真を撮影至上。
■3/14分~17分■30,000円■6名

11時

|| 佐藤茂則 2月/3日間

不快指数の高い「急斜面暴走」をくいとめる、佐藤塾

急ストップのしかたや、情すべりの自由自在法を通してエッジングのすべてを適切指導。
■2/12分~14分■20,000円■8名

鹿沢

オーストリアスキー教室

共通一次 入試問題

総合問題 (各10点)

スキー学校を選択するにあたって留意すべき点はないか。

次の問いの、「そうだなあ」と思うものに○をつけよ。

1. わたしにもできるぞ、わかるぞ、という気持ちになれる。
2. わたしはダメなんだ、生まれつき不幸だったんだ、と気づける。
3. じっくり学べ、ゆとりをもって考えられる。
4. よくてこなすのか精一杯、わかるまでやる。
5. 新鮮で動きがある、自分も一緒にやっていると感がある、行っているなあと思える。
6. またかよコレ、オマールだけやっつてろよ、要わんねえなあと思える。
7. 「こうすれば、こうなる」という予断力がつく。
8. 行きあたりばったりばっかりの行動力がつく。
9. 教師が自らを問いかけてつけている。
10. 教師が自らを神様だと思いつつけている。
11. どの参加者をも生かそうとして取りこんでいる。
12. 美しい生徒、傘のある生徒、うまい生徒関係を生かそうと努力している。
13. 驚きを与えてくれるような経験をさせてくれる。
14. わかっている事を十二分にさせてくれる。
15. まちがった動きを大胆にしてしてくれる。
16. まちがった動きを馬鹿にしてしてくれる。
17. 自然に近づけてくれ、その美しさや偉大さを感じさせてくれる。
18. ティスコに近づけてくれ、その美しさや偉大さにお金を払わせてくれる。
19. やること自体の面白さや、やりとげたことを味あわせてくれる。
20. 賞罰や競争、バジテストなどでやる気をかき立ててくれる。
21. それができれば、その効果をほかのことに役立てられそうに教えてくれる。
22. それができても、他のことをする時には、またお金を取って教えてくれそうにする。
23. 無知をさとらせてくれる。
24. 無知をほっておいてくれる。
25. 「落ちこぼれ」は教師の「落ちこぼれ」だと思っている。
26. 「落ちこぼれ」は生徒の「身の不運」だと思っている。
27. 「一歩が地上のもの」や「単純なものから複雑なもの」をやってくれる。
28. 「教師にもできかねるもの」や「教師のしたくないもの」をやってくれる。
29. ほめたり、しかたりしてしてくれる。
30. おだてたり、おこったりしてしてくれる。

採点基準

漠然と良い。

合格基準

程々が良い。

氷+通気性=雪
霧+視界不良=もや
星+乱気流=星のまたたき
皆の衆+当教室=恐るべき上達

こらん

オーストリアスキー教室・たし算

初心者+レッスン=人並みもどき

入校前

- 斜面がどっちに傾いているかわからない
- スキーウェアの着こなしがさまにならない
- 自分以外の人はスキーの天才に見える
- スキー靴をはくだけでもひと苦勞

講習例

- 手つなぎ鬼やゲームで雪になれる
- 歩く、登る、直滑降など遊びの要素をとりいれてスキーになれる
- ブルークでエッジを立てること、足の引きを知る
- 体重移動でターン、ブルークボーゲンを覚える

入校後

- ▶立ち方にもゆとりがでる
- ▶急斜面にもいこうとする勇氣がでる
- ▶先生がいなくても積極的に滑るようになる
- ▶あまり力を使わなくてもスキーはできるということがわかる

中級者+レッスン=シロートばなれ

入校前

- 緩斜面ならパラレルができるが、閉脚にならない
- 急斜面やコブをさっそうと滑るのが夢である
- 3、4回転ならうまくいくこともあるが長い距離を一気に滑れない
- これ以上うまく滑れないのではないかと不安

講習例

- ギルランデや山まわりでエッジに来る感覚(カービングターン)を身につける
- 谷足の踏みけり、両足での踏みけりの強弱の使い分けで、踏みかえ、ジャンプ、伸身のパラレルを覚える
- ブルークウェーデルンでリズムカルなターンを学ぶ

入校後

- ▶ウェーデルンがスムーズにできる
- ▶スキーのパラツキがなくなる。閉脚ができる
- ▶鹿島槍ヒカゲレンデのコブも回しやすくなる
- ▶以前の倍くらいのスピードで滑れる

初級者+レッスン=民間レベル

入校前

- コブや新雪は特定の人が滑るものと思っている
- 平らなところを移動するのにやたら時間がかかる
- パラレルなんてとうとうできないとあきらめが先に立つ
- スキーの動きが気になって、いつもうつ向いて滑っている

講習例

- ブルークボーゲンで外足荷重を確認する
- 斜滑降、横すべり、山まわりでエッジング練習。平行のまますすむことを学ぶ
- 山開きのシュテムでコブにも挑戦する
- 斜滑降で連続谷開き。谷スキーからの踏みけりを覚える

入校後

- ▶志賀ファミリー第三ゲレンデのコブもゆっくりなら滑れる
- ▶谷スキーからうまく踏みけれた時はパラレルで回れる
- ▶ウェーデルンらしいものができるようになる
- ▶ニセコの新雪も面白くなってくる

上級者+レッスン=クロートはだし

入校前

- スピードをこらす、スピードを保つことが自在にできない
- 技術の使い分けができない。滑りがワンパターン
- 急斜面のコブは長つづきしない。スピードコントロールがヘタ
- 左右のターンの不均等に悩んでいる

講習例

- チェックジャンプのギルランデやウェーデルンでエッジングの強さとコントロールを知る
- 片足、リズムトレ、ボールなどで応用力をアップする
- 曲げ伸ばしのパラレルでコブでの膝の前後左右の動きを覚える

入校後

- ▶エキスパートバッジに手が届く
- ▶欠点と矯正法がわかり、指針が立つ
- ▶リフト上のスキーヤーからの視線を浴びて滑れる
- ▶草大会での上位入賞が望める。会社のスキー大会でヒーローになれる

源氏物語 源木の巻

●傍証
各長所を、
上級者は急斜面で、
中級者は中斜面で、
初級者は緩斜面で、
行うことが重要である。
できるようなる方法を見
教えるのが、
オーストリアスキー教室である。



雨夜の品定め

オーストリアスキーメソッド

なんとこの帝の御代でござ
いましたでしょうか。
数多くのスキー学校の中で、
ひどきわめ時めいている教室
がございました。
品定めができないお方やで
きたお方で大層なにざわい
でございました。

ブルーク・ボーゲン

品評会
一、スピードアップして滑れば上級
二、左右10対5荷重で滑れば上級

ブルーク・フルーク・フルーレン

品評会
一、止まれないで滑れば上級
二、左右7対3荷重で滑れば上級

直滑降

品評会
一、止まれないで滑ればエライ
二、左右5対5荷重で滑ればエライ

シェーレ・シュビンゲン

品評会
一、加速できれば女王
二、高度をかせげれば女王

パラレル・シュビンゲン

品評会
一、斜滑降を入れない、大きいリズムで滑れば上級
二、うーんと、小さいリズムで滑れば上級

シュテム・シュビンゲン

品評会
一、スピードアップして滑れば上級
二、なまらスピードアップして滑れば上級

冬は棄て、夏に生きる、サーファー・スキーヤー
読本

ビーチのヒーローもスキー場では肩身の狭い思いをせざるをえません。スキーが下手だからです。自らのプライドを守り、「スキー場、じゃあこうだけど、ビッグ・ウェンズディに米てみろ、オイ」ということをアピールせざるをえません。

それにはサーフィン用語で周囲を威圧する方法を一般にとります。「今日はフルスーツにすっか、スキー場なので長袖・長ズボンも当然といえば当然なのですが、一応はこれから始めます。

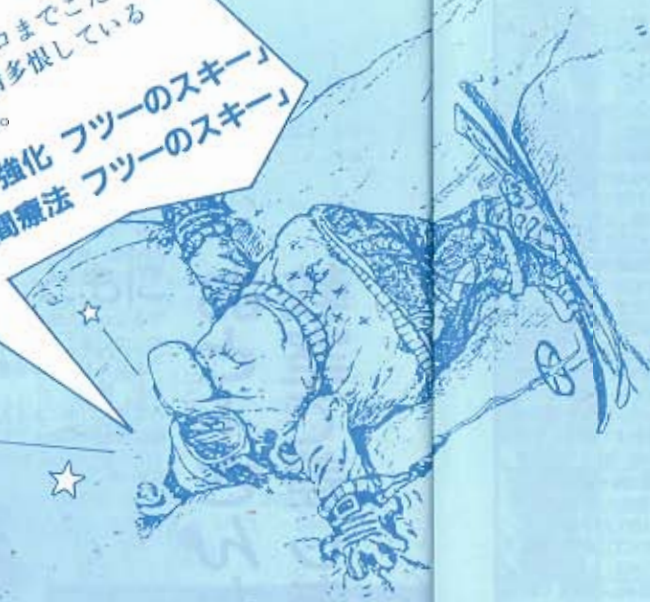
スロープに立ったら、オン・ショアかオフ・ショアか風を見ます。スキー場での風向きはスキー技術になんの関わりもありませんが、ねらいば「スキーは下手でも、サーフィンが強い」ことを周囲に認めさせたいのですから、とにかく、「オフ・ショアアア」とどなるのです。

そしてパワーコード(スキー・ストッパー)を確認して、「バドル・アウトすっぞお」といってリフトに向かいます。

ペアリフトの上では隣の客に、「今日のコブはフラットかなあ、それともクラブシカナあ」と聞いてコブの大きさを確かめて下さい。

滑り出しのコブが大きいようでしたら、「うっ、オーバーヘッドだ……」とつぶやいたのち、「クローズ・アウトォォ」と叫びつつそのままリフトからおりずに下に滑ります。

ピギナーにもこれだけの心づかい。
この本片手にスキー場に向かえば、
恥も外聞もこわくない。



スキーのミクロからマクロまでこだわり、森羅万象に多情多恨しているスキーの聖典。
巻1.「並才強化 ツツのスキー」
巻2.「民間療法 ツツのスキー」

膨大なアンケートをもとにまとめた、「スキーにおける感性的諸問題」。「うんうん、思い当たる」ことがいっぱい。

スキーにとって、

「ワイイものは何ですか？」

ポルターガイストだけがこわいものじゃない
「そうよね、LOVE♡」「じゃあね、PEACE!」
……なんてのが怖いのだ!

■フルーツを何故も何故も直剣に真下をみながら繰り返す。目をさしてチロリアをつけたイカ術の基礎スキー少年団は「ガキの時からスキージャーナル的でこわい」
■ペアリフトで「おねえさん、どこから来たの？」とナンパしてきた10歳のヘルメット少年の背後はおそろ

こわかった。
■ロープウェイの中でこそうなおいさん達の中に孤立するのはおっかない。
■1月下旬関係のゲレンデからあきの日、リフト乗り場に滑りこんでいって、待ち構えているリフト小屋のおじさんが私の1日券を見た途端に「おっ、おっ、おっ」をします。こわいもの

本のベースは技術役立ち特集。味もろくもなくコムツカしいだけのとは一味ちがいます。

外傾しながらも内傾
ターンの内側には体をねかす
「スピードを出して滑ったので、体を内側に入れたらとばされた」
「ターンの外にひっぱる力がある」
「ターンの外にひっぱる力がある」
「ターンの外にひっぱる力がある」

スキーにおける国語・算数・社会、理科……。読んでタメになる十科目。こんな教科書ほしかった。

国語の時間
ことばとことば
「く」の字はせいじだよ。
といわれても
わからぬ。人がいた。
「り」の字はせいじだよ。
おもって、いたからだ。
おなじ、音でも
ちがった、いみをもつ。
「す」の字はせいじだよ。
おなじ、音でも
ちがった、いみをもつ。
「す」の字はせいじだよ。
おなじ、音でも
ちがった、いみをもつ。
「す」の字はせいじだよ。
おなじ、音でも
ちがった、いみをもつ。

著者 このミニ雑誌を作っている、あの松尾喬と全ス開
発行 山海堂
定価 各巻900円(税込) 1冊1800円(税込)

