

モーニングスクールのクラス分けについて

モーニングスクールはスケート経験により4つのレベルに分けて指導をします
 W E B 受付では右記の選択枝でスケートの経験をお伺いし、クラス分けをします
 下欄のスクールの課題と内容をご参考にお答えいただくようお願いいたします

※クラス分けはスクール中にスタッフの判断で変更する場合があります

- ・以前にモーニングスクールに参加したことがある
 所得級によりクラス分けします
- ・経験なし 初級にクラス分け
- ・手すり無しで滑れる 中級Bにクラス分け
- ・片足でバランスをとり滑走出来る 中級Aにクラス分け
- ・クロスステップ、T字ストップができる 上級にクラス分け
- ・大須リンク ジュニアスクールを受講中
 所得級によりクラス分けします
- ・その他

スクールの課題

初級

(1) 直進滑走 スタート
 (2) 両足滑走
 (3) 両足カーブ
 (4) ひょうたん滑走

(1) ひだりみぎとかたあしのすべりができる
 (2) あしをそろえてすべれる
 (3) りょうあしでカーブのすべりができる
 (4) あしをひろげたりそろえたりしてすべれる

中級B

(1) 直進滑走 スタート
 (2) キャーリング
 (3) 両足滑走中のステップイン
 (4) 連続でのステップイン

(1) ひだりみぎとかたあしのすべりとおしができる
 (2) スケートのはをたおしてカーブのすべりができる
 (3) りょうあしすべりからあしをかえることができる
 (4) つづけてあしをかえるすべりができる

中級A

(1) 直進滑走 スタート
 (2) クロスステップ
 (3) ストップ
 (4) キャーリング

(1) かたあしのすべりがたたくことができる
 (2) あしをかえてカーブのすべりができる
 (3) すべっていてたたくとまることができる
 (4) たたくはをたおしてカーブのすべりができる

上級

(1) クロッシング (1) 直進滑走 スタート
 (2) バックターン (3) バックスケーティング (4) Sキャーリング
 (5) フォアターン (6) ストップ

(1) まっすぐのすべりからあしをかえながらカーブのすべりができる
 (2) まえむきからうしろむきへ うしろからまえむきにかわる
 (3) うしろむきにかたあしことのすべりとおしができる
 (4) ひだりみぎとはをたおしてカーブのすべりからとまることができる

スクールの内容

1日目	スケートぐつをはいて立つ、歩く 両足をそろえてすべる すべりながら歩く
2日目	昨日までのふくしゅう 片足ごとに押してすべる 両足ですべりながらカーブ
3日目	昨日までのふくしゅう 両足ですべりながら足の曲げ伸ばし 両足ですべりながら足の向きをかえる
4日目	昨日までのふくしゅう 両足からのひょうたんかっそう 足を曲げ伸ばしながらすべる
5日目	昨日までのふくしゅう 総合 テスト

1日目	片足ごとに押してすべる 両足で滑りながらのカーブ 足を曲げ伸ばしながらすべる
2日目	昨日までのふくしゅう 片足でバランスをとりながらすべる 両足をそろえてカーブ
3日目	昨日までのふくしゅう 両足のすべりからのストップ (イの字) すべりながら足を入れかえる
4日目	昨日までのふくしゅう 体をたおしてカーブする れんぞくして足を入れかえる
5日目	昨日までのふくしゅう 総合 テスト

1日目	片足ごとの正しい押し 片足で長くすべる ストップ (ハの字) キャーリング (カーブ)
2日目	昨日までのふくしゅう 片足から片足へのすべり ストップ (Tの字) すべりながら足を入れかえる
3日目	昨日までのふくしゅう カーブしながら片足ですべる (インエッジ、アウトエッジ) カーブしながら足を入れかえる
4日目	昨日までのふくしゅう 方向をかえながら足を入れかえる (ダブルエッジ) うしろ向きにすべる
5日目	昨日までのふくしゅう 総合 テスト

1日目	曲げ伸ばしを使った片足から片足へのすべり うしろ向きにすべる (ひょうたん、足のふみかえ) ストップ (ハの字、Tの字)
2日目	昨日までのふくしゅう クロスケーティング うしろ向きのすべり (片足ごとに押ししながらすべる)
3日目	昨日までのふくしゅう 前向きのすべりからうしろ向きに変わる (ターン) うしろ向きのすべりから前向きにかわる (ターン)
4日目	昨日までのふくしゅう 連続でカーブする スムーズにコースをすべれる
5日目	昨日までのふくしゅう 総合 テスト