

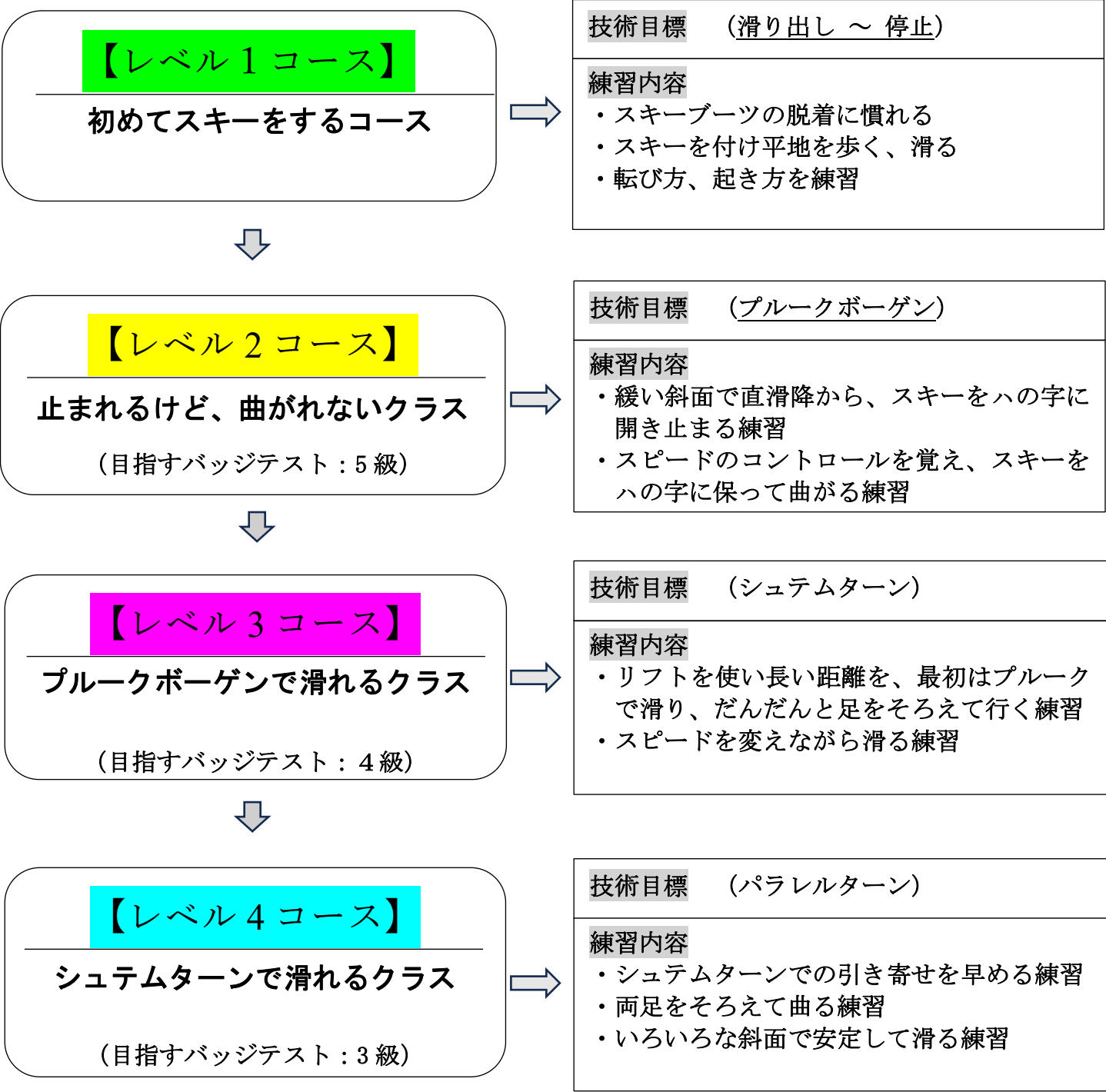
2026 シーズン

ASC ステップアップレッスンプログラム

スキー技術の上達はスキーの楽しさと魅力を無限に広げます！

ステップアップレッスンで楽しみながらレベルアップ！

バッジテストでスキー技術の上達を確認！





### 【レベル5コース】

初歩的な平行ターンが  
できるクラス

(目指すバッジテスト：2級)



技術目標 (初歩的な小回りターン)

練習内容

- ・平行ターンのリズムを早める練習
- ・確実なブレーキングの練習
- ・中急斜面でも、安定して滑る練習



### 【レベル6コース】

連続平行ターンと初歩的小回り  
のできるクラス

(目指すバッジテスト：1級)



技術目標 (安定した左右対称のターン)

練習内容

- ・急斜面でも安定して滑る練習
- ・斜面に応じた自在なスピードコントロールを練習
- ・浅い凹凸を滑る練習

### ★スキーバッジテストの受検案内

スキー技術の上達を確認する機会として、スキーバッジテストを受検されてはいかがでしょうか？ 各コースの（目指すバッジテスト：1級～5級）に対応する滑り方は事前に練習をしますので、安心して受検できます。合格者には合格賞とバッジ（有料）が授与されます。冬の楽しい思い出とさらなるステップアップを目指すためにもお勧めです。

\*受検の詳細は事務局までお問い合わせください。



楽しいよ！  
一緒に滑ろう！