

●平成26年度正会員研修会

1、日時： 平成26年12月14日(日)10:00～12:00

2、場 所： 滝野公園 滝野公園管理センター会議室

3、参加者： 35名

4、研修内容

- (1)会長挨拶
- (2)後期事業について
- (3)滝野公園歩くスキー大会について
- (4)各種大会に於ける係り業務について
- (5)無線機の取り扱い要領について
- (6)その他連絡事項について

5、内容

- 40周年記念祝賀会を実施したため、今年度は**冬季集会に変えて研修会を実施**しました。
- 1月から3月に集中した沢山の後期事業の説明と大会における、各係りの役割、特に**関門誘導係りの心構え**等の細かい説明がありました。
- 無線機取扱要領の説明**については、無線交信要領、緊急時の通信・中継通信等実際に体験を通して学習をしました。
- 1月12日(月、祝)の**滝野公園歩くスキー大会兼滝野公園クロスカントリースキー記録会**の説明がありました。この大会は、初めての企画で、歩くスキー(非計時)とクロスカントリー(記録計時)を組み合わせた大会です。参加者を募集中です、多くの方が参加される事を期待します。
- 正会員2年目の一人は「安全性を第一に大会の流れと注意事項・緊急事態等について、色々勉強になり、自信ができました」と話していました。

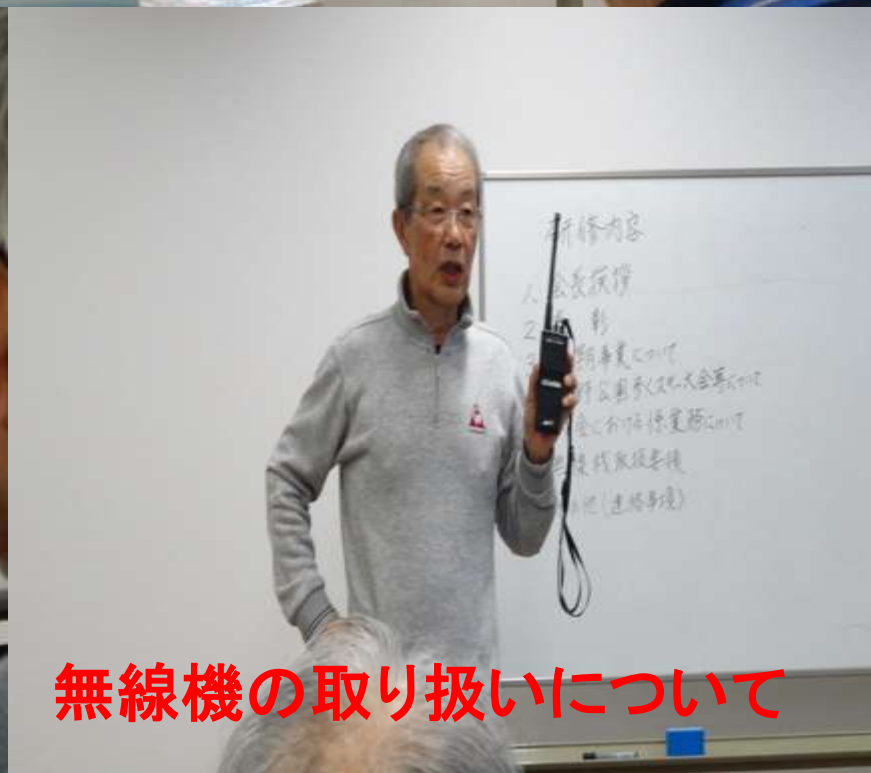
会長挨拶





**40周年記念祝賀会を実施したため、今年度は冬季集会に
変えて研修会を実施しました。**

滝野公園歩くスキー大会について



無線機の取り扱いについて

平成26年度クロスカントリースキー講習会

1、日時 : 平成26年12月29日(祝・火)

(1)実技講習 10:00~12:00

スケーティング走法の基礎及び応用

(2)ワックス講習 13:00~14:00

ボックス及びフッ素等のワックス、アイロン使用法等

2. 会場: 滝野公園:つどいの森 実技講習

ミティングルーム ワックス講習

3、天候: 晴れ、雪温: -7.6℃、積雪: 34cm

3、参加者: 16名 (講師2名)

4、内 容：

- 今回は、**スケーティング走法**のみの参加希望者からなる実技講習会となりました。まず準備体操の後、講師がスケーティング走法（**クイック、ラビット及びスパー**）と体重移動の重要性について、説明を行いました。次に参加者全員で周回コースを試走し、講師から個別に丁寧な指導を受けました。シーズン最初の雪と滑りに戸惑いを感じていた人達も次第にスムーズなスキー操作ができていました。最後に例年通り3kmコースに挑戦、積雪がまだ少なく多少コースは荒れていましたが、スキーの滑りと楽しさを皆さん充分感じとれたようです。
- 午後からは、**ニッセンスポーツの尾崎さんによる、恒例のワックス講習会**です。今回はシーズン初日で家族の方の来場が多く、滝野公園のご好意で東口レストルームの混雑をさけ、会場をセミナールームに移して行いました。内容はボックス及びフッ素のワックス、ブラシやワックスアイロンの使用法等で多少応用的な話を中心となりました。



参加者： 16名



スケーティング走法の基礎及び応用 (クイック、ラビット及びスパー)





講師から個別に丁寧な指導を受けました

ワックス講習 13:00~14:00



第31回 滝野公園歩くスキー大会

第 1回 滝野公園クロスカントリースキー記録会

1、日 時 : 平成27年1月12日(月、祝)

10:00～スペシャルゲスト・JR北海道の吉田悠真選手による
デモンストレーション

10:15～開会式 10:30～各記録会スタート

10:45～各歩くスキースタート

12:30～記録会表彰式

2、場 所 : 滝野公園 常設コース

3、コース : 記録会 : 16km、10km、6km

歩くスキー : 10km、6km、3km

4、参加人員 : 総数 381名(記録会 221名、歩くスキー160名)

5、天 候 : 曇りのち雪、気温－4℃、雪温－5℃

- 2011年冬季ユニバーシアード大会日本代表**吉田悠真選手**によるデモストレーションにおいては各滑り方を披露していただき優雅な滑りに参加者も感動し拍手喝采でした。
- 海外も含め道内外から9～93歳の男女参加者は、**新たに加わった記録会**では日々の練習成果を発揮する事を目標としたり、歩くスキーにおいてはスピードを気にせず、思う存分楽しみ、完走する事を目標とした様々な思いの人が白銀の林の中を駆け巡りました。
- ここ数日の降雪で公園内の積雪は1m近くに達しており、コースのコンディションは上々、10kmに出場した53歳の女性は「**お正月太り解消の為に来ました、走っている時はツラかったが、徐々に大量の汗をかきゴールした後は、爽快な気分でした**」と笑顔で話していました。
- 1～2月は歩くスキー大会のイベントが目白押しにあります。
詳細は当協会のホームページまたは協会事務局に問い合わせのうえ多数の方の参加を期待します



吉田悠真(ゆうま)選手によるデモストレーション



10:15～開会式

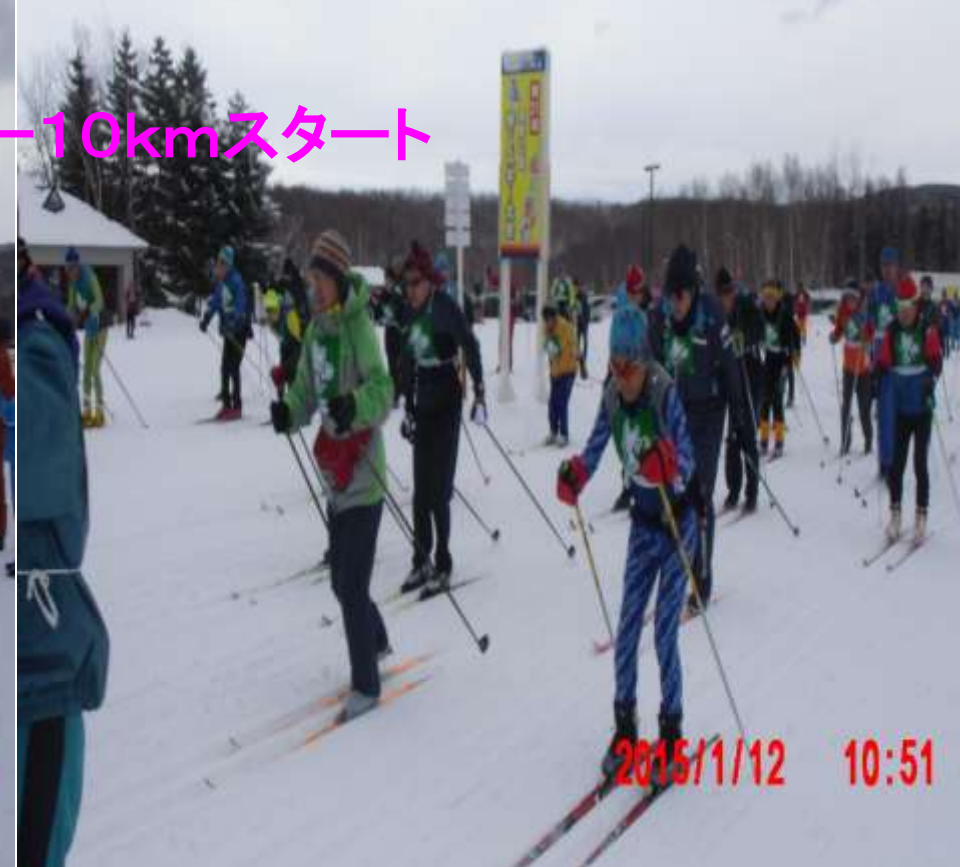








スタート歩くスキー10kmスタート

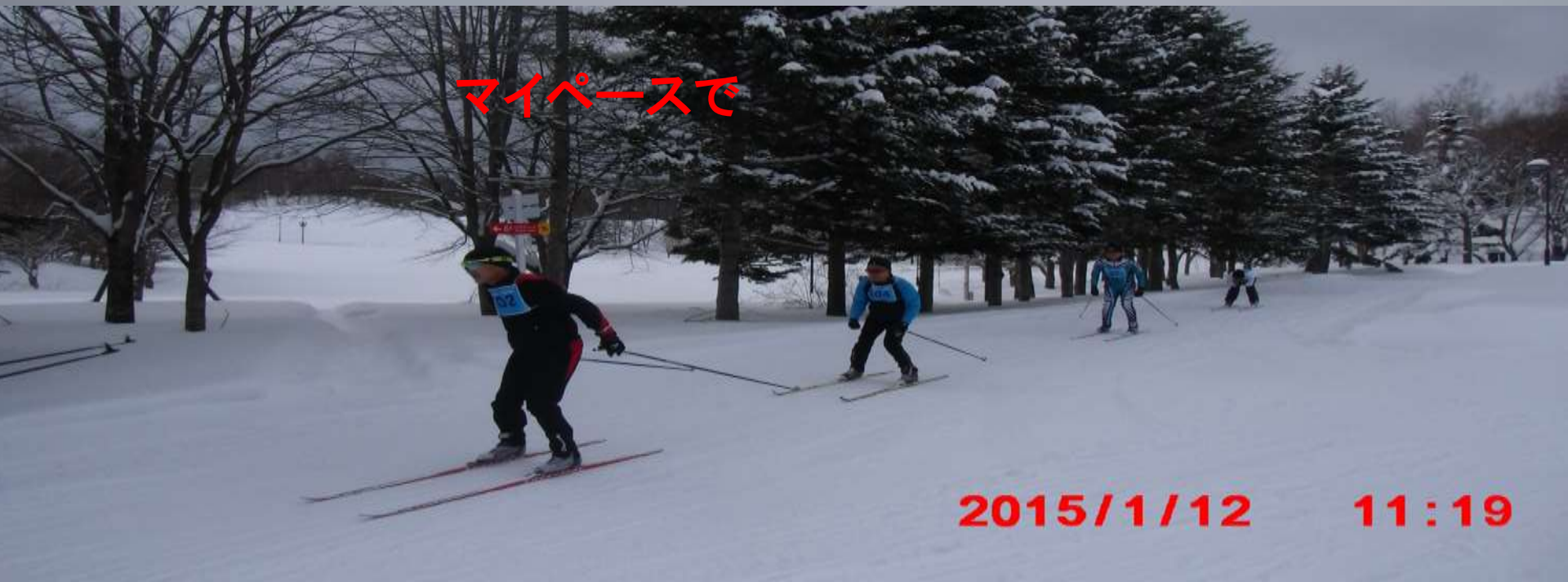




歩くスキー 6kmスタート



タイムを争って……



マイペースで

2015/1/12

11:19

最終ゴールを待つスタッフ...



2015/1/12 11:55

昼食...豚汁で...



2015/1/12 11:55

各部門記録会表彰式①



各部門記録会表彰式②



● 初めての歩くスキー「滝を見に行こう！」

1, 日時：平成27年1月10, 17, 24, 31日(土)10時～12時終了

2, 場所：滝野公園 溪流ゾーン(せせらぎコース)

3, 講義：ロッジゆきざさ 10:00～

歩くスキーについての基礎知識

4, 実技講習：靴の履き方、歩き方のコツ他、その後滝を見に行く

5, 天候：晴、気温：-3度C、雪温-3.9度、積雪75cm

6, 参加人員：20名(定員20名)

7, 内容：

●初めての人が上手になり日本滝百選の一つアシリベツの滝を見に行くのが目標です。

●4グループに分かれ個別にきめ細かい指導の結果全員楽しく歩いて滑れる様になりました。特に折り返しからは、上手な滑りでした。

●心地よい汗を流しコースの折り返し地点では、日本の滝百選の一つ「アシリベツの滝」氷爆の前でそれぞれ記念写真を撮りました。神秘的・幻想的で迫力がある滝を見て感動しました。

歩くスキーについての 基礎知識



準備体操・・





アシリベツ滝の氷瀑は神秘的・幻想的で迫力がある
滝を見て感動しました。



皆さん氷瀑を背景に記念写真 笑顔・・・笑顔



1月17日参加の皆さんと・・・参加して良かった

歩くスキー教室(札幌オールカマースポーツ倶楽部) 総合型地域スポーツクラブ

- 1、日 時 : 平成27年1月11日(日) 10:00~12:00
- 2、場 所 : 前田森林公園コース(クラシカル2.3kmコース)
- 3、参加人員: 12名
- 4、天 候 : 雪
- 5、内 容 :

● 冬の運動不足解消のために企画した歩くスキー教室です。

初めに簡単な歩くスキーの講義を実施し、準備体操の後組分けをして、実技を実施し、その後コースを回りました。

●オールカマースポーツ倶楽部はラグビー、ヨガ、ランニングなどを実施するクラブで冬のトレーニングの一環として、**クロスカントリースキーを取り入れ体調の維持、向上を図ることを目的**として今年も実施しました。

●前田森林公園のコースはコースカッターも入り、またスケーティングのコースもあり中級の方及び初心者の方、また家族で楽しむには最高のコースです(有料、貸しスキーあり)

もみじ台歩くスキースキルアップ交流会 (もみじ台総合型地域スポーツクラブ)

1、日 時 : 平成27年1月17日(土) 10:00~12:00

2、場 所 : もみじ台南中学校グラウンド

3、参加人員: 19名

4、内 容 :

- 準備体操を実施後、各グループに分かれてグラウンドの周回コースをそれぞれ納得いくまでまわり、解散となりました。
また、**初心者の方はマンツーマンでの指導**でスムーズに歩くことができる様になりました。
- **STVラジオの取材があり「歩くスキー」について会長がインタビューを受けました。**
1月31日の日高伍郎ショーの中で放送するとの事です。

● 第35回障害者歩くスキーの集い

1、日時 : 平成27年1月18日(日)10時15分スタート

2、場所 : 滝野公園・溪流コース

3、天候 : 雪のち晴れ、 気温 -5度C

4、参加人員 : 約174名

5、コース : 7km、5km、3km、1km、

6、内容 :

●小さな子供さんからお年寄りまで幅広い年齢層の方が参加され、家族同士で和気あいあい又、単独での参加者がそれぞれ 自分のペース で完走し、全員が満足感に満ちていました。

●「スキー仲間と触れ合えるこの集い」が毎年楽しみで参加すると笑顔で話していた中学生が印象的でした。

●「鱒見の滝、アシリベツの滝」では暖気の影響で、3分の2の氷曝形成でしたが、滝の轟音と美しい氷柱の前で記念写真を撮っていました。

●この大会に毎年参加している、7kmに参加した50歳の男性は前半飛ばしすぎて後半疲れましたが、伴走者のおかげで完走できゴール後はとても気持ち良かったと話していました、来年も絶対参加しますと言っていました。(来年も多くの方の参加を期待します。)

参加人員174名開会式が始まりました



準備体操







5kmスタート





3kmスタート



1kmスタート





シットスキーで..



マイペースで





気持ちよく滑っています..





まだゴールではありません



ゴールした人も多く...



シットスキーごゴール



続々ゴールして来ました



スタッフ集合記念写真

第40回 道民、札幌市民歩くスキーの集い (北海道歩くスキー協会40周年記念大会)

1、日時: 平成27年1月25日(日)10:10開会式、開会式終了後スタート

2、場所: 滝野公園 つどいの森

3、天候: 快晴、気温 -2°C 、雪温 -2.5°C 、積雪140cm (10時現在)

4、参加人員: 198名

5、コース: 16km、12km、6km、3km

6、内容:

●昭和51年に第1回大会を開催し、皆様のおかげをもちましてこの大会も40周年を迎える事ができました。感謝申し上げます。今日は記念大会にふさわしい天候にも恵まれ、気温も徐々に上がり絶好のスキー日和のなか、

6歳～93歳の参加者は今年も雄大な雪原を気持ちよく、快走しました。

●マイペースで歩きながら家族づれ・仲間の会話「いや～いい運動になるね」

「朝は寒かったが晴れて気持ちがいね」「ワックスもよく効き、楽ですネ」と

息を弾ませながら爽快に歩いていました。

●ゴール後はアツアツの豚汁で疲れた体を癒しました。また、参加者には

創立40周年記念の布袋と記念バッジ等が配られ盛況の内に終了致しました。

平成27年1月25日(日) 快晴 40周年記念大会
開始前のミーティング8時45～





開始前に記念集合写真



10:10開会式・・・参加者198名





準備体操・

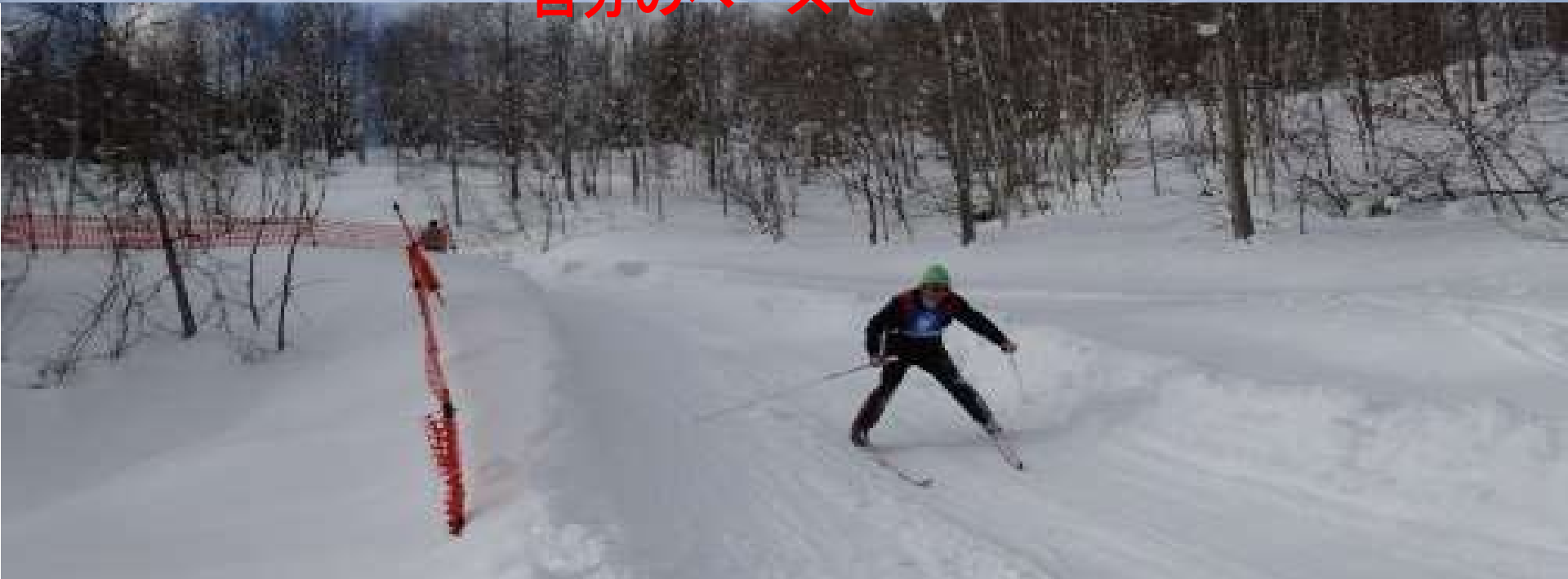


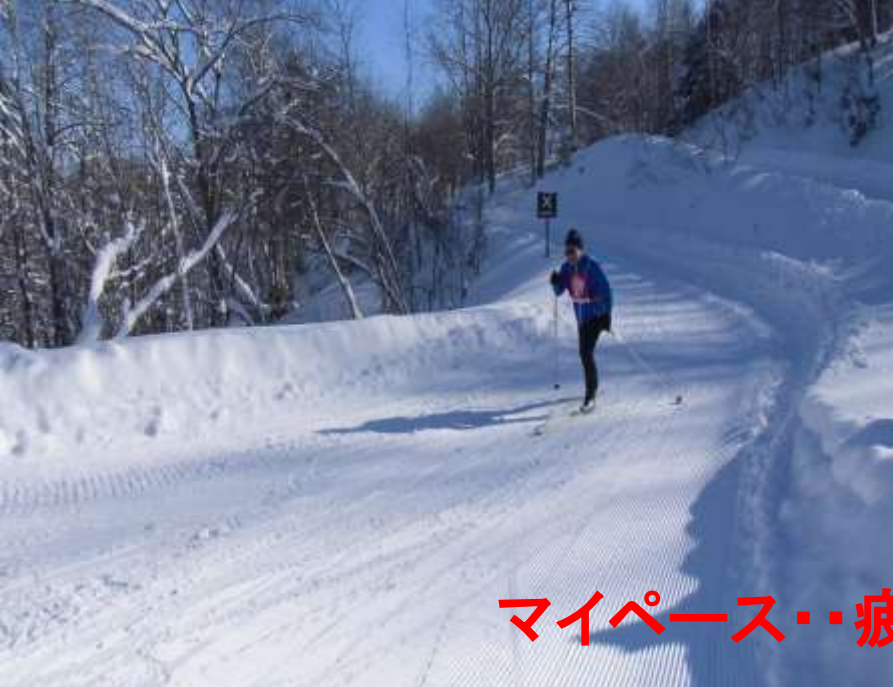


10:30 6km 16km 10km 3km の順にスタート



自分のペースで...





マイペース・・・疲れて来ました



ゴール目の前・・・ゴールしました・・・疲れました



ゴール後はアツアツの豚汁で疲れた体を癒しました



第35回 札幌国際スキーマラソン

- 1、日時： 平成27年2月1日(日)8:50スタート
- 2、場所： 札幌ドームを会場として旧西岡オリンピック距離競技場を含む周辺
- 3、参加者： 2,139名(道外230名:13ヶ国64名)
- 4、天候： 曇り時々吹雪、気温-2.7℃(スタート時)
- 5、コース： スキーマラソン50km、25km、歩くスキー11km、5km、3km
(スタート:札幌ドーム周辺、フィニッシュ:札幌ドーム)
- 6、特別ゲスト： * W杯、スプリントクラシカル3位「夏見 円」選手 3km出場、
* コンサドーレ札幌「ドーレくん」3km出場、* HTBキャラクターOnちゃんは応援
* 女子サッカーチーム「ノルディーア北海道」の選手3km、5km出場
- 7、内容： ● 冷え込みの厳しい中、本格レースのスキーマラソンと歩くスキーの参加者は、それぞれスピードを争ったり、自分のペースに合わせて札幌ドーム周辺を発着点にロシア、オーストラリア等海外13カ国の選手を含む参加者が大自然の雪原を息を弾ませて駆け抜けました。
● 11kmに初めて参加し、完走した中学校1年生の女の子は「吹雪で途中辛くてやめようと思いましたが、諦めないで我慢して良かった、自信につながり勉強もがんばります」と笑顔で話していました。
● 同大会は、1981年に国内で初めて公式のクロスカントリースキーとして始まり1986年には世界中に普及させることを目的としている国際連盟「ワールドロペット」に加入しました。連盟には、今シーズンから中国、アイスランド、アルゼンチン、ニュージーランドが加わり世界20カ国、20大会が行われるようになり10以上の大会に参加すると「ロペットマスター」の称号が与えられる国際的なクロスカントリースキーの大会です。

スタート前のイベント



スタート直前



11km距離スタート





5kmスタート・・・BBも参加





難所を..

スピードを争ったり、自分のペースに合わせて





給水所で..





ゴールも見えて来ました・・・





各表彰式で...BB・ドレー君・Onちゃんも活躍



スペシャルゲスト「夏見 円」選手 3km出場、
雪の中表彰式で..



●第36回 石狩浜歩くスキー&かんじきウオーキングの集い

1, 日時: 平成27年2月 1日(日) スタート10:00~

2, 場所: 石狩小学校集合

3, 天 候: 吹雪、気温—3℃、風速約8~10m、北風

4、参加者: 66名

5, コース : 石狩小学校~石狩新港への往復6kmと3km

6, 内容 :

●今年石狩は積雪が多くいつものコースが雪でふさがり使用できず、

急きょ小学校発着のコースに変更して実施しました。

●当日は吹雪いたり、やんだりの天気でしたが風が強く吹き行きは追い風、
帰りは吹雪きの向かい風で皆さん激寒の中苦労していました。

●ゴール後は石狩ライオンズクラブの皆さんのご好意の甘酒で冷えた
身体を温めました。

●今年も石狩番屋の湯の温泉無料券をサービスしていただいたので温泉に
つかり、昼食はランチバイキングを食べながら、石狩浜の歩くスキーの
厳しさを語りあっていました。



平成27年2月 1日(日) スタート10:00～
石狩小学校集合 参加者 66名

クロスカントリー(歩くスキー)をやってみよう

- 1、日 時 : 平成27年2月7日(土) 13:00~15:00
- 2、場 所 : 滝野公園 つどいの森 広場
- 3、天 候 : 晴れ、気温-5℃、雪温-4.8℃、積雪97cm
- 4、参加人員 : 61名 (体験人員)
- 5、内 容 :

- 今回は滝野公園スノーフェスティバルにあわせて「初めての歩くスキー”滝を見に行こう”」をつどいの森で歩くスキーの体験として無料で行いました。
- 初めは9名の参加で10時から初めましたが、次第に参加者が増えて、スキーが不足する程体験者が増えました。
- 参加者の幼稚園年長の女の子はお母さんと一緒に歩きながら最初はうまく歩けなかったですが最後はお母さんの後をすいすい歩ける程上達していました。
- 今日は滝野スノーフェスティバルで、雪上自転車の体験、スノーシュー体験、そりすべり等 また、夕方には花火大会等もありたくさんの入場者が有りました。



滝野公園スノーフェスティバルにあわせて「初めての歩くスキー”滝を見に行こう”」をつどいの森で歩くスキーを実施・・・参加者61名(体験人員)

第25回 おおたき国際スキーマラソン

- 1、日 時 : 平成27年 2月8日(日) 10:00スタート
- 2、場 所 : 大滝総合運動公園
- 3、天 候 : 曇り、気温-1.5℃ 雪温0℃ (スタート時)
- 4、参加人員: 707名(道外10名、海外6カ国12名)
- 5、コース : スキーマラソン30km、15km、歩くスキー8km 6km 3km
- 6、特別ゲスト: 元クロスカントリースキー代表、JR北海道所属「夏見 円」選手大会前日の7日(土曜日)ワンポイントレッスンも開催しました。
- 6、内 容 :
 - 選手として参加する為(会長・役員6名と一般会員前田さん計7名)前日に洞爺温泉に宿泊致しました。大自然洞爺湖の湖面の波の響きを聞きながら料理・お酒を満喫し、そして温泉も堪能し翌日に望みました。
 - スタート時はベト雪でしたが 第25回を記念して夏見円選手をゲストに迎え年齢6歳～85歳の約700名の参加者は白銀の林道を自然と一体になり快走致しました。又地元の大滝小学校、中学校、わらしべ園の皆さん方が団体で参加し大会も応援も大変盛り上げておりました。
 - 力走した後は、無料サービス券を利用して、キノコ汁と「北湯沢温泉郷」で心と身体を癒しました



選手として参加する為(会長・役員6名と一般会員1名
(計7名)前日に洞爺温泉に宿泊致しました。



第25回を記念して夏見円選手 をゲストに迎え前日の7日
(土曜日)ワンポイントレッスンも開催しました



スキーマラソン30km、 10:00～スタート



15kmスタート



歩くスキー8km 6km 3km



白銀の林道を自然と一体になり快走致しました。



マイペースでゴール

