



秋田県スキー連盟認定  
JSBA公認

2024/2025シーズン

# インターアルペン 阿仁スキースクール



インターアルペン阿仁

検索

最新情報を  
チェック



# スノーボードレッスン

レッスン・バッジテストは予約制となります。

■開講期間：12月7日～3月30日の土休日及び12月26日～1月13日

## 初心者マンツーマンレッスン 90分：6,500円

道具の扱い方、基本姿勢、ブレーキのかけ方、ターンのやり方、横滑りのやり方、リフトの乗り降りの仕方などをレッスンいたします。

●対象：小学3年生以上 初めての方。滑った時止まれない方。

## 初級者グループレッスン 90分：4,200円

リフト乗り降りの復習、トゥサイド、ヒールサイドでのブレーキ及びターン、緩斜面での連続ターンのやり方等をレッスンいたします。

●対象：小学3年生以上 横滑りはできるけどターンができない方。

## 目的別グループレッスン 90分：6,000円 3回券16,500円

●対象：中学生以上 (有効期限：2025年3月30日)

### カービングターンロング ●対象：ロングターンができる方。

カービングターンロングのポイントをアドバイスし、練習課題から身につけていきます。

### カービングターンショート ●対象：ショートターンができる方。

カービングターンショートのポイントをアドバイスし、練習課題から身につけていきます。

### テックテストを目指す ●対象：1級の方。

テックテストに向けたハイレベルな技術ポイントをアドバイスし、練習課題から身につけていきます。

## ジュニアマンツーマンレッスン 90分：6,500円

小学生の中級以上のスノーボーダーを対象に、さらなるレベルアップを目指したレッスンをマンツーマンで行います。

●対象：小学3年生～6年生、連続ターンができる方。

## プライベートレッスン 90分：16,500円

(3名までこの料金で一緒に受講可能)

参加される皆様のご希望に添ったレッスンを行います。参加者のレベル差がある場合は一番滑れない方に合わせた斜面選定、レッスン内容となります。

●対象：中学生以上、はじめてスノーボードをされる方～上級の方。

## 平日レッスン 90分：7,000円

平日に開催するレッスン。

●対象：中学生以上、はじめてスノーボードをされる方～上級の方。



## スペシャルレッスン

### コブレッスン基本編 2月16日(日) 4時間：11,000円

スノーボードでコブを滑ってみましょう。コブの基本を身につけ、コブにチャレンジしてみます!

●対象：中学生以上、中斜面でスライドショートターンが出来、コブを滑ったことが無い方またはコブ滑走が苦手な方。

### コブレッスン応用編 3月2日(日) 4時間：11,000円

コブ滑走の基本を確認し、さらなる上達の為のポイントを実践、体感していきます!

●対象：中学生以上、スライドショートターンでコブが少し滑れる方。

## スノーボードバッジテスト (JSBA)

検定はレッスンチェック方式(レッスンの中で一定の技術に達しているか判定)で行います。 ●講習料金：6,500円+各級の受検料

### ■バッジテスト料金表

	受検料(会員)	受検料(非会員)	公認料
1級	2,750円	—	2,750円
2級	2,750円	—	2,750円
3級	1,650円	2,200	1,100円
4級	1,100円	1,650	1,100円
5級	1,100円	1,650	1,100円



	バッジテスト種目		
1級	●フリーライディング	●ベーシックカーブ・ロング	●ベーシックカーブ・ショート
2級	●フリーライディング	●ベーシックカーブ・ロング	●カービングターン・ショート
3級	●カービングターン・ロング	●ショートターン	
4級	●ロングターン	●ミドルターン	
5級	●連続ターン	●ノーズドロップから停止	

※1・2級受検の際は、JSBA会員登録が必要です。※1級受検資格は2級取得者。

### お問い合わせ・お申込み

## インターアルペン阿仁スキースクール

〒018-4624 秋田県北秋田市阿仁鍵ノ滝79-5 ☎0186-82-3311(代表)(開講日のみ)

■開講日：12月7日～3月30日の土・休日及び12月26日～1月13日

予約方法 QRコードからのご予約 1週間前  
締切 お電話からのご予約 スクール開講日及び木曜日9時～12時

※平日レッスンは、受講希望日の1週間前までの開講日にご予約ください。  
※回数券(3回、5回)は平日レッスンにはご利用いただけません。

- 受付時間/8:30～9:10、10:50～11:00、12:45～13:20
- バッジテスト、事前講習、スペシャルレッスン(8:30～9:10)
- レッスン時間/9:15～10:45、11:00～12:30、13:30～15:00
- スペシャルレッスン(10:00～12:00、13:00～15:00)
- 事前講習、バッジテスト(10:00～12:00)



レッスン  
ご予約

# スキージュニアレッスン

レッスン・バッジテストは予約制となります。

■開講期間：12月7日～3月30日の土休日及び12月26日～1月13日

## キッズマンツーマンレッスン 90分：6,500円

マンツーマンでスキーをサポート致します。

●対象：5歳から小学生未満 はじめてスキーをされる方～上級の方。

## ジュニア初心者マンツーマンレッスン 90分：6,500円

小学生のスキーデビューをマンツーマンでサポート致します。

道具の扱い方、基本姿勢、ブレーキのかけ方、ターンのやり方、リフトの乗り降りの仕方などをレッスンいたします。

●対象：小学生 はじめてスキーをされる、少し滑れるが止まれない、ハの字でターンができないお子様。

## ジュニアグループレッスン 90分：4,000円 5回券17,400円

(有効期限 2025年3月30日)

ターン技術の向上及び滑走スピードを上げて滑れる斜面を少しずつ増やしていきます。

●対象：小学生、ハの字でターンができ、リフトに乗って滑れるお子様。

# スキーバッジテスト (SAJ)

## 級別テスト1、2級・ジュニアテスト1級

	10:00～	13:00～	●事前講習料金：6,000円
2月24日(月)	事前講習	テスト	※級別1級、ジュニアテスト1級を受検の際は事前講習が必要になります。
3月16日(日)			

## 級別テスト3～5級・ジュニアテスト2～6級

レッスン内にて受検可能です。受検希望の旨をご予約の際にお伝え下さい。

●講習料金：6,500円+各級の受検料

## ■ジュニアテスト ●対象：12歳以下

	検定料	公認料	テスト種目
1級	800円	1,600円	パラレルターン大回り・フリー滑走 パラレルターン小回り
2級	700円	1,400円	大回りターンの連続・小回りターンの連続
3級	600円	1,300円	大回りターンの連続
4級	500円	1,200円	初歩的な大回りターン
5級	400円	1,100円	ブルークで大回りターン
6級	300円	1,000円	ブルークで止まる・曲がる



## ■級別テスト ●対象：全年齢 1級受検資格は2級取得者

	検定料	公認料	テスト種目
1級	2,000円	3,300円	パラレルターン大回り・ベーシックパラレルターン小回り パラレルターン小回り(不整地)・総合滑降
2級	1,500円	2,500円	ベーシックパラレルターン大回り・小回り・シュテムターン
3級	1,000円	2,000円	ベーシックパラレルターン・シュテムターン
4級	600円	1,500円	ブルークボーゲンによるリズム変化
5級	500円	1,200円	ブルークボーゲン

# スキー大人レッスン

レッスン・バッジテストは予約制となります。

■開講期間：12月7日～3月30日の土休日及び12月26日～1月13日

## 初心者マンツーマンレッスン 90分：6,500円

スキーデビューをマンツーマンでサポート致します。

●対象：はじめてスキーをされる方。

## 初級者グループレッスン 90分：4,200円

ハの字でのターンからターン後半スキーを揃えて滑れるよう練習します。

●対象：ハの字でターンができ、リフトに乗って滑れる方。

## 目的別グループレッスン 90分：6,000円 3回券16,500円

(有効期限：2025年3月30日)

3つの目的別プログラムに基づいたレッスン内容となります。

### A) パラレルターンを習得

ターンを通してスキーを平行にすべれるよう練習をします。

●対象：ブルークボーゲンで中斜面を滑れる方

### B) ショートターンを習得

スキーを平行にして小回りで滑れるよう練習をします。

●対象：パラレルターン中～大回りができる方

### C) プライズテスト、資格検定を目指す

プライズテストや準指導員、指導員検定の実践滑走の滑りの向上を目指した練習をします。

●対象：1級以上



## 平日レッスン 90分：7,000円

平日に開催するレッスン。

●対象：はじめてスキーをされる方～上級者の方。

## プライベートレッスン 90分：16,500円

(3名までこの料金で一緒に受講可能)

参加される皆様のご希望にそったレッスンを行います。参加者のレベル差がある場合は一番滑れない方に合わせた斜面選定、レッスン内容となります。

●対象：はじめてスキーをされる方～上級の方。

## テレマークスキーレッスン 90分：6,000円

テレマークスキーでの滑走技術の向上を目指したレッスンです。

●対象：テレマークターン初心者～上級の方。



対象：中学生以上

秋田県スキー連盟認定

# スペシャルレッスン

## ベストスキースペシャル 4時間：13,000円

1月8日(水) (担当 村里敏彰)

元ベストスキー講師、村里敏彰が指導する「体幹」・「体感」・「体得」レッスン！目から鱗が落ちるようなレッスンをご体験ください。

●対象：中級者以上

## スキークリニックレッスン 4時間：11,000円

1月13日(月)、1月26日(日)

上級・エキスパートスキーヤーのさらなるレベルアップを目指す！

●対象：1級程度以上の方。

## コブレッスン入門編 4時間：11,000円

2月16日(日)

コブ滑走の基本を身につけ、コブにチャレンジしてみます！

●対象：中斜面でショートターンが出来、コブを滑ったことが無い方またはコブ滑走が苦手な方。

## コブレッスン応用編 4時間：11,000円

3月2日(日)

コブ滑走のポイントを確認し、さらなる上達の為のポイントを練習しながら体感していきます。

●対象：コブが少し滑れる方。

