

平成25年度 山スキー活動方針(案)

— 目標 — 山スキーを楽しむ — 段階制を採用する —

<0段階> 冬のフィールドで必要な知識と自覚を身につける。
用具の調整、改良。勉強会（原則として全員出席）。

<I段階> スキー場内でII段階に必要なスキー技術を習得する。

練習内容：スキー場内での登行、滑降、冬山技術。

指導内容：準備運動、シール着脱、キックターン、正しい転び方、
起き上がり方、ジブルレッタターン（平地での練習）
素早いパーティー行動。

登行／ジブルレッタターン（山回りキックターン）、
足をそろえる登行、シールをはずさない登行、
階段登行、八字登行、深雪登行など。

滑降／テレマークとボーゲンでの、曲がり方、止まり方。

斜滑降、横滑り、など。

冬山技術（初歩）／ツェルト張り、

服を濡らさない・安易に雪の上に物を置かない・
スキー板を流さない等の冬山に入る心構えの確認

- 判定基準：1. 安全に確実に、滑れて、曲がれて、止まれる。
2. 指導した登行ができている。
3. 冬山技術（初歩）が習得されている。
4. 素早い行動ができる。（パーティーを遅らせない行動、体力）

- 補足：・I段階はレクとする。（審議においてのレク承認は省略する）
・昨シーズンまでの経験も含めて2回目から判定する。
・ザック別に判定する。（アタックとサブ）
・山スキー1年目はサブ合格後、アタックの判定を受ける。
・I段階はII段階に準じた装備を持つこととし、必要最低限の装備がなければ行わない。
・コース外は滑らない。
・スキー場はオープンしていればI段階を行うことができる。

＜Ⅱ段階＞ 近郊の比較的易しいフィールドで練習し、楽しむ。

Ⅲ段階への必要なフィールド技術の習得。

練習内容：新、深雪での登行、滑降技術と、冬山でのフィールド技術。

指導内容：深雪ラッセル、深雪での立ち上がり方、深雪での滑降、
フィールド技術／地図読み、ルートファインディング、
コンパス切り、など。

判定基準：1. 新、深雪で安全に確実に、滑れて、止まれる。
2. 新、深雪での登行ができる。
3. フィールド技術が習得されている。
4. 素早い行動ができる。(パーティーを遅らせない行動、体力)
5. フィールドの状況にかかわらず1～4が実践できる。

コース：コースは以下に限定する。

- ・手稲山ネオパラダイスコース
- ・迷沢山送電線コース(新送、旧送、新一旧)
- ・奥手稲山馬の背コース(牛山コルまで)
- ・百松沢出ヅルベルザッテルコース
- ・春香山桂岡コース、和宇尻山(銀嶺荘一和宇尻、春香一和宇尻)
- ・春香一オーズコース(初ⅡAは連れて行かない)
- ・小喜茂別岳

補足：・Ⅱ段階未経験者は初回サブで参加する。
・昨シーズンまでの経験も含めて3回目から判定する。
・Ⅱ段階前に必ず搬出訓練と救命講習と雪崩対策勉強会を行う。
・代用できない装備を忘れたら入山できない。
・春香山(銀嶺荘宿泊コース)はⅡAフィールドとする。
・新しくⅡ段階に加えたいコースについては山スキープロジェクト
で安全面を研究し、運営会で検討する。

＜Ⅲ段階＞ 様々なフィールドで山スキーを楽しむ。

新フィールドに関しては、予め山スキープロジェクトで
安全面を研究し運営会で検討する。

コース：ⅢS 白井岳 塩谷丸山 百松沢出 チセヌプリ 喜茂別岳
ⅢA 無意根山 札幌岳 空沼岳 奥手稲山(奥手一オーズ、
馬の背) ニセコ(雪上幕営)

その他の補足：

- ・ C Lがパーティー全員の判定を出す。その際、他のメンバーの意見を参考にしてもよい。
- ・ II段階以上では、上級生>下級生を守る。(歩く会の上下比は守る)
上級生の定義(昨シーズンまでに下の条件を満たしていること)

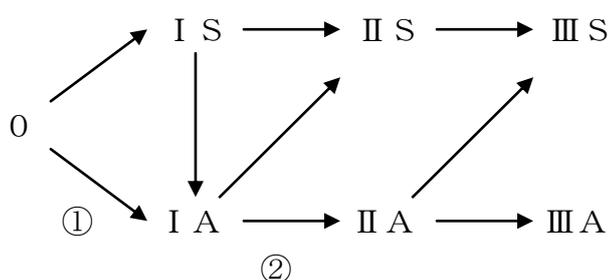
II A段階合格

* 上記以外にも今シーズン中にII A段階を合格した山スキー2年目以上は上級生になる。

III段階…III段階は山プロで個別にパーティ構成を考える

- ・ 計画に行くメンバーは必ず審議に出席しなければならない。ただし報告に関して、離札したメンバーはその限りではない。
- ・ C Lの判断により路上滑走は可能。但し、その際は必ず事前に審議会でその旨を伝える。
- ・ 山スキープロジェクトの判断により、差し戻しもありうる。
- ・ シーズン途中で用具を替える場合は、テスト使用(I段階が望ましい)してからフィールドで使用すること。スキー技術に影響する用具(山プロで検討)は審議会で申告すること。
- ・ 山プロでの情報交換のため個人記録を活用する。
- ・ シーズン途中に必要なに応じて勉強会を行う。

<段階の進み方>



- ① 山スキー1年目はI S合格後にI A。
- ② II段階未経験者は初回サブで参加。

* 各段階のA合格はS合格を兼ねる

<リーダー、スタッフの条件>

	C L	S L
I S	上級生	上級生
I A	上級生	上級生
II S	上級生+III Sに行っている	上級生
II A	上級生+III Aに行っている	上級生

- * III段階については山スキープロジェクトで検討する。
- * 山スキー1年目はスタッフの対象外とする。
- * 2回前の例会までに上の条件を満たしてから計画を出すこと。

<運営について>

- ・山スキープロジェクトチームは随時集まり、山スキーの活動方針に沿って計画性のある山スキー活動をする。
- ・山スキー2年目以上は基本的に山スキープロジェクトに出席すること。
- ・例会に計画を出す以前に山プロでパーティー構成のバランス（上級生と下級生）を考える。
- ・特殊な計画（幕営など）は予め山プロで検討する。

以上

※変更点

- ・III段階のフィールドに**空沼岳**を追加。

2013年度 山スキープロジェクト