

## H N E S S ベーシックキャンプ 松沢寿・松沢聖佳

シーズンインから課題を明確にして楽しくシーズンを過ごせるように準備しましょう！ベーシックな部分を確認しながら実践の滑りにつなげていく2日間です。技術向上はもちろん検定や大会など目標が達成できるベース作りをしっかりとサポートいたします。志賀高原エリアをベースに条件の良いスキー場で開催予定です。

**開催日** 2021年12月18日(土)～19日(日)

**開催場所** 長野県 志賀高原エリア（一ノ瀬スキー場・熊の湯スキー場）  
※スキー場のOPENまたは降雪状況により3日～1週間前に決定致します。  
※単日のご参加も可能です。

**講師** 松沢寿・松沢聖佳  
**参加費** 11,000円(税込) [ レッスン料 ] ※受付時にお支払いください  
**参加資格** SAJ2級程度  
**募集定員** 1班10名 (最小催行人数5名)  
**日程** <各日共通>  
集 合 8:30～9:15  
レ ッ ス ン 9:30  
※レッスン時間は1日4時間程度を予定しております。  
※レッスン開催日3日前に事前メールにてご案内いたします。  
開催場所やスケジュールなどもその際にお知らせ致します。

**お申込み/お問い合わせ** 合同会社エイチネス [info@hness.co.jp](mailto:info@hness.co.jp)  
必要事項（お申し込みの際に下記の情報をご記入ください）  
① レッスンご希望日 ②氏名 ③郵便番号 ④住所 ⑤電話番号 ⑥緊急連絡先  
⑦生年月日 ⑧所持資格/スキーレベル ⑨年齢

### 注意事項

- ※ キャンプ中、万一、事故等のトラブルが起きた場合、応急処置及び保険の適応範囲内での対応は致しますが、主催者及び講師は以後、一切の責任を負いかねますのでご了承のうえご参加ください。
- ※ キャンセルポリシーについて  
3日前までのキャンセル：なし  
前日キャンセルの場合：参加費の50%  
当日キャンセルの場合：参加費の70%  
無断キャンセルの場合：100%

### 新型コロナウイルス感染予防対策について

- (1) 以下の事項に該当する場合は、自主的に参加を見合わせる

ア 体調がよくない場合(例:発熱・咳・咽頭痛などの症状がある場合) ※各自、集合前に体温を計ってきてください。

イ 同居家族や身近な知人に感染が疑われる方がいる場合

ウ 過去14日以内に政府から入国制限、入国後の観察期間を必要とされている国、地域等への渡航又は当該在住者との濃厚接触がある場合

(2) マスクを持参すること(集合時や着替え時等のスポーツを行っていない際や会話をする際にはマスクを着用すること。)

(3) こまめな手洗い、アルコール等による手指消毒を実施すること。

(4) 他の参加者との距離をできるだけ確保すること。

(5) 大きな声で会話をなるべくしないこと。

(6) 感染防止のために主催者が決めたその他の措置の遵守、主催者の指示に従うこと。

(7) 講習終了後2週間以内に新型コロナウイルス感染症を発症した場合は、主催者に対して速やかに濃厚接触者の有無等について報告すること。

(8) 厚生労働省の「接触確認アプリ」を事前にダウンロードした上で参加すること(陽性者が判明し、陽性者本人がアプリに登録すると、関係者に一斉に濃厚接触の通知が飛びます)

[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/cocoa\\_00138.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/cocoa_00138.html)

#### レッスン映像の配布について

レッスン中の映像をご希望される場合には下記の方法で映像を配布致します。(映像は個人での視聴にのみお使いください)

▽アンドロイドスマートフォン/タブレットで視聴される場合

事前に専用アプリをダウンロードして頂き、ビデオカメラよりwi-fi経由でダウンロード頂きます。

<https://www.sony.jp/support/software/playmemories-mobile/download/>

▽ iPhone /iPad/iPod touch/MacBook等で視聴される場合

端末に搭載されておりますAirDrop機能にて共有致します。

<https://support.apple.com/ja-jp/HT204144>

<https://support.apple.com/ja-jp/HT203106>

▽その他

後日、データ便等を使ってお送りするなどの方法で共有させていただきますので、ご相談ください。