

スキー&スノーボードの技術レベル(ご参考)

スキー技術レベル：はくばヒーロー（7—14歳対象）

ホワイト：スキー初心者

イエロー：ハの字停止、滑り出しができる

-レッスン内容：ハの字滑走・ターン、初級斜面での滑走。

グリーン：初級斜面でのハの字滑走ができる

-レッスン内容：中級斜面でのスムーズなハの字滑走と、初級斜面でのパラレルターン。

ブルー：連続したパラレルターンが初級斜面ででき、中級斜面でシュテムターンができる

-レッスン内容：中級斜面でのスムーズなパラレルターン。

レッド：連続したパラレルターンで中級斜面（上級向け）を滑れる

-レッスン内容：上級斜面でのスムーズなパラレルターンのテクニック。

ブラック：上級斜面でスムーズなパラレルターンと安全に滑走し模範的な滑走ができる

-レッスン内容：すべての斜面に応じたスムーズな滑走技術習得を目指す。

★スキー・スノーボードのレンタルショップ有り。(最もリーズナブルなお店をご紹介します)

スノーボード技術レベル表（7歳以上対象）

ファーストタイマー（初心者）/ホワイト：初めてスノーボードをする方

-レッスン内容：正しい道具の使い方、緩斜面でのボード装着、スケーティング、片足をボードに装着した状態での直進滑走（リフトの乗降車）、横滑り。

レベル1/イエロー：フロントかバックのどちらか片方のサイドでスライドができる方

-レッスン内容：逆サイド横滑り、木の葉落とし。

レベル2/グリーン：両サイドで木の葉落としができる

-レッスン内容：トラバース、基礎ターン。

レベル3/ブルー：連続したターンが初級斜面でできる

-レッスン内容：ターン技術の向上と、中級斜面での滑走。

レベル4/レッド：連続したターンが中級斜面でできる

-レッスン内容：スムーズなライディングテクニック、スイッチ、不整地、パウダー、フリースタイル。

レベル5/ブラック：連続したターンが上級斜面でできる

-レッスン内容：上級ライディングテクニック、様々な傾斜でのスムーズな滑走とターン技術の向上（カービングターン、コブ、パーク）。