2016-2017 トレーニング計画表

H:ひるがの、 W:ホワイトピア、 S:高鷲スノーパーク、 SK:荘川高原、 N:ナイター(ダイナR)、 WG:ウイングH

10 月

月 / 日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
曜日	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月
競技会 小学生																															
競技会 中学生																															
県強化練習	WING							WING							陸上Tr							陸上Tr						陸上Tr		
コントレ													○														○				
雪上トレーニング																															
合同トレーニング																															
合宿																															
その他行事																															

11 月

月 / 日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
曜日	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	
競技会 小学生																															
競技会 中学生																															
県強化練習			陸上Tr		陸上Tr							ホワイトピア			ホワイトピア				ホワイトピア				ホワイトピア				ホワイトピア			
コントレ																															
雪上トレーニング																										H	H				
合同トレーニング																															
合宿																															
その他行事																															

12 月

月 / 日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
曜日	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
競技会 小学生																															
競技会 中学生																															
県強化練習			ホワイトピア							ホワイトピア							朴の木平						朴の木平								
																	北海道 阿寒湖半スキー場														
コントレ																															
雪上トレーニング			H	H						H	H						H	H						H	H			H/W	H/W	H/W	
合同トレーニング																															
合宿																															
その他行事																															

1 月

月 / 日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
曜日	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火
競技会 小学生					オープニングジュニアレース				飛騨高山					石川ユース								アルコピアロシ杯									
競技会 中学生																	全中予選		岐阜県SL				東海北陸							
					SL	GS											GS	SL						SL							
県強化練習			朴の木平									白峰スキー場																全中前合宿			
コントレ																															
雪上トレーニング			H/W	H/W			H/W	H/W						H/W	H/W						H/W	H/W						H/W	H/W		
合同トレーニング			朴の木Jr or アッフェ																												
合宿																															
その他行事																															

2016-2017 トレーニング計画表

H:ひるがの、 W:ホワイトピア、 S:高鷲スノーパーク、 SK:荘川高原、 N:ナイター(ダイナR)、 WG:ウイングH

2 月

月/日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28			
曜日	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火			
競技会 小学生					モンデウスJr						アップフェ杯								アルコピアヘッド杯						岐阜県ユース						
競技会 中学生		第54回全国中学生スキー大会																				全日本Jr									
			SL		GS																	SG	SG		GS	SL					
県強化練習											モンデウス																				
コントレ																															
雪上トレーニング				H/W	H/W							H/W						H/W							H/W	H/W					
合同トレーニング																															
合宿																															
その他行事																															

3 月

月/日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
曜日	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金
競技会 小学生											富山県ユース													JOCジュニアオリンピック						
競技会 中学生																															
											GS	SL												SG	GS	SL	SL				
県強化練習				朴の木平																											
コントレ																															
雪上トレーニング				H/W	H/W													H/W	H/W	H/W					H/W	H/W	H/W	H/W	H/W	H/W	H/W
合同トレーニング																															
合宿																															
その他行事																								修了式							

4 月

月/日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
曜日	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	
競技会 小学生		東海ユース																													
競技会 中学生																															
		SG	SG																												
県強化練習	朴の木平																														
コントレ																											○				
雪上トレーニング	H/W	H/W																													
合同トレーニング																															
合宿																															
その他行事							始業式																								

5 月

月/日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
曜日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水
競技会 小学生																															
競技会 中学生																															
県強化練習																															
コントレ											○														○						
雪上トレーニング																															
合同トレーニング																															
合宿																															
その他行事																															