SSSS
est 1965
SHIGA

2027

Sugiyama Ski & Snowsports School

SIA（公社）日本プロスキー教師協会公認
杉山スキー＆スノースポーツスクール

（一社）全国旅行業協会正会員（東京都知事登録旅行業第2-3373号）
株式会社スギヤマトラベル

www.sugiyama-ski.com

杉山スキー＆スノースポーツスクール（志賀高原） | レギュラー　目的別集中　シニア　スペシャル（奥志賀・ジャイアント・サンバレー）　子供・中学高校生　デラックス　レーシング　テレマーク　スノースポーツ体験　志賀高原以外

受付開始

インターネット受付

10月18日（日）正午～
子供スクール・中学高校生コース・
デラックスコース・デラックスSPコース・
ジャイアントSP・サンバレーSP・
志賀高原以外（野沢）

11月1日（日）正午～
すべてのコース
（月山を除く）

電話受付

11月17日（火）正午～
すべてのコース
（月山を除く）

詳細は4～5ページをご覧ください

2027スクールガイド

ごあいさつ・スタッフ紹介…… 2
概要 …… 3
入校にあたってのご案内…… 3
お申込み方法 …… 4
スポーツハイム奥志賀のご案内…… 8
志賀高原内宿舎のご案内 …… 9
アクセス・エリア MAP …… 10
イベントのご案内 …… 11
レッスンコンセプト…… 12
レッスンの選び方・レベル表…… 13
レギュラーコース…… 14
目的別集中コース…… 16
シニアコース…… 18
奥志賀スペシャルコース…… 20
子供スクール・中学高校生コース…… 22
デラックスコース…… 24
レーシングコース…… 26
ジャイアント・サンバレーコース…… 28
テレマークコース…… 29
スノースポーツ体験コース…… 30
志賀高原以外コース…… 31
旅行条件書…… 33
レッスンカレンダー…… 34

凡例

それぞれの技術レベルの方がご参加できるコースです。

初心者　初級者　中級者　上級者

年齢等の参加制限のあるコースです。

小学生　中学生以上　中学・高校生　20歳以上　50歳以上　70歳以上

宿泊地となるスキー場です。

奥志賀　一の瀬　ジャイアント　サンバレー

特殊な用具が必要なコースでレンタルがあります。　レンタルあり

スキーは、まづ愉しく、そして美しく、さいごに力強く。

一生もののスキーをあなたに。

1965年に開校。私たちは日本で最も歴史のあるスクールとして、
奥志賀高原を舞台にスキーの楽しさ、素晴らしさをお伝えしてきました。
「スキーとは自然との対話である」を理念に、安全な滑走にこだわり、
正しい技術を身につけていただけるよう努めています。
標高1,500mを超える山々が連なるダイナミックな景観と、
国内随一とも言われるパウダースノーに覆われた美しい教室で、
スキーを生涯の喜びにするためのレッスンをおとどけします。

校長　杉山公信

【日本一のスクールを目指して】

杉山スクールは「スキーは自然との対話である」の基本理念のもと、オーストリアスキーより多くを学び続け、お子様から中高年、初めての方からエキスパートまで幅広い年齢と技術レベルに対応し、最高のレッスンをご提供するべくスタッフ一同常に研鑽を重ねております。スキーは様々な世代が一緒に楽しめる 、生涯スポーツです。多くの方々が確実な技術を習得することによって、安全に長くスノースポーツを楽しんでいただく事が我々スタッフ一同の願いです。

スタッフ紹介

校長 杉山公信	アドバイザー 畠山浩一	塚脇幸子	北村　勉	名賀石多門	塚本さくら
副校長 中路信雄	アドバイザー 岸田惣一郎	宮崎裕佳	芹沢雄二	横山大介	辻ありさ
主任 小泉結子（永田）	アドバイザー 春野貞和	馬場　猛	清水豊一	関屋宏昭	岸本育弓
主任 長尾岳人	レーシングアドバイザー 塚脇　誠	佐々木光雄	金井清信	高瀬清久	宅間月海
副主任 森川敬介	テクニカルアドバイザー 鍵　周作	栗本　薫	松井英樹	牛尾圭吾	花塚賢志
副主任 野田隆弘	テクニカルアドバイザー 斉藤　健	西岡三和子	佐野文彦	藤原嶺馬	松田元気
	主任／テレマーク 山本直樹	李京卓	清水さやか	橋本佑紀典	角田雄二
	ヒールフリースキー 澁澤晴文	永野　誠	山田由記子	藤原剣信	石田久治
	ヒールフリースキー 前田和範				

スポーツハイム支配人　川久保聡　　スポーツハイム副支配人　向井幸子

安部龍之介	大槻絢乃	喜多美里	佐野昭彦	武田八重	名賀石幸代	野村浩祐
荒田正幸	川上　伸	木村大吾	島村　勲	田辺麻依子	中川正行	桧山浩
井尾和泰	川田彰一	小林恵理子	菅谷友紀	堂上涼子	中村英治	ハン・ミンチョル
牛尾美弥子	喜多将也	小林千佳子	武田英憲	飛山雄一	中山裕介	

（五十音順）

概要

●**会　場**　長野県下高井郡山ノ内町志賀高原
奥志賀高原スキー場および志賀高原全山

●**現地スクール事務所**
〒381-0405 長野県下高井郡山ノ内町奥志賀高原
スポーツハイム奥志賀内
TEL. 0269-34-2551　FAX. 0269-34-2553

●**後　援**　オーストリア大使館

●**協　賛**　(株)奥志賀高原リゾート、(有)ベイリーフ、
(株)ロータスインターナショナル

●**協　力**
(株)ズイカインターナショナル、HEAD Japan(株)、
(株)山鹿釣具「YAMAGA Blanks」、(株)レクザム、
(株)テクニカグループジャパン、GROUPE ROSSIGNOL(株)、
TEAM RESCUE WAX、(株)小賀坂スキー製作所、
アメアスポーツジャパン(株)アトミック事業部、
(株)ホシノ、スワローレンタサービス(株)、
ミレー・マウンテン・グループ・ジャパン(株)、(株)石井スポーツ、
(有)タクトスキーラボ、馬場葡萄園　(順不同)

入校にあたってのご案内

●**申込資格**　中学生以上の初心者～上級者。一部コースには、年齢制限や技術レベルに限定があります。小学生の方は子供スクールにご参加ください。(レギュラーコースハイム泊に限り、I.T.ジュニアゴールドを所持している小学6年生もご参加いただけます。)高齢の方、健康に自信のない方は事前に医師の診断をお受けになり健康状態をご確認ください。未成年者、高齢者はご家族同意の上でご参加ください。

●**宿舎**　コースレッスンは宿泊型のレッスンです。宿舎はスクール直営のスポーツハイム奥志賀をはじめ、ホテルやペンションがあります。(コースにより宿舎が異なります。)

●**部屋割り**　スポーツハイム奥志賀は原則としてスキーヤーズベッド男女別相部屋1室定員制です(割増での洋室、部屋数限定のスキーヤーズベッドの個室対応あり)。その他、各宿舎の詳細は8、9ページをご覧ください。相部屋の宿舎をご利用の際、室内での喫煙はご遠慮ください。また、遅れてご参加の方は夜12:00までのご到着をお願いいたします。

●**集合・解散**　現地集合、現地解散です(子供スクールと中学高校生コースの一部を除く)。時間はコースによって異なります。

●**定員**　1クラスの定員は上限9名です(特別コースを除く)。現地でクラス分けを行うコースの募集人数はお申込状況等により増減する場合がありますが、この場合も1クラスの人数が上限を超えないようにクラス分けいたします。

●**リフト券**　スポーツハイム泊の一部のコースにリフト券パックがございます。リフト券パックでお申込みされない方は、ご自身で「志賀高原全山共通リフト券」のご購入をお願いいたします。(エリア券は、遠足または気象状況等により他のゲレンデへ移動する場合に利用できません。)最寄の券売所は各宿舎でお尋ねください。

●**ヘルメットの推奨**　ご自分の技術レベルに応じた用具、専用の服装、装備品を適切に着用してください。当スクールではヘルメットの着用を推奨しています。

●**検定会**　SIAメダル検定(ポールでのタイムチャレンジ)、国際スキー技術検定(検定種目による技術の評価)、スノーボード検定を行っています。国際スキー技術検定にはジュニア、シニアが別設定であります。SIAメダル検定／検定料2,800円(認定料含)、国際スキー技術検定／検定料2,500円～3,000円、認定料1,800円～3,000円、スノーボード技術検定／検定料2,500円～3,000円、認定料1,800円～3,000円

●**オリジナル検定**　杉山スクールオリジナルのプラチナメダル検定とプラチナポール検定を行っております。プラチナメダル検定は、国際スキー技術検定ゴールドメダルを保持している方のみを対象とした技術検定。プラチナポール検定は、SIAゴールドメダル保持者を対象に機械計測により杉山スクール教師・塚脇誠のタイムから男子102%、女子105%以内であれば合格(二走一採用)です。奥志賀にてレーシングコースの日程を中心に開催します。どちらも検定料2,000円。合格者には認定書(2,000円・フレーム入り)を発行いたします。

●**特別講習**　入校者はその会期中の講習時間以外に、1時間3名以内(教師1名5,000円～)で講習を受講できます。ご希望の方は現地にてお申込みください。

●**担当教師の変更**　病気、怪我、重度の体調不良の他やむを得ない場合により担当スキー教師が変更または、そのコースを中止する場合があります。

●**レッスン会場の変更**　志賀高原で開講のコースは、天候不良や雪不足により予定していたスキー場で滑走できない場合、営業中の他の志賀高原内のスキー場へ移動してレッスンを行います。

●**スクールからのお願い**　ご自分の体調が不良と感じた時は担当教師、もしくはスタッフまでお申し出ください。安全のため講習中は担当教師の指示に従っていただきますようお願いいたします。

●**会費の払戻**　会費には宿泊料、講習料、リフト券パックの場合はリフト券がパッケージになっております。遅れてのご参加、途中ご帰宅の場合でも料金の払戻はできません。また自然状況により雪上の講習を中止し、屋内のミーティング等に変更する場合がありますが料金の払戻はできませんのでご了承ください。

●**傷害保険**　レッスン中の傷害につきましては応急手当て等は行いますが、その後の処置・処理につきましては一切の責任を負いかねますのでご了承ください。スクールでは安全確保に万全を期しておりますが、万一の事故に備え、ご自身の傷害そして相手方のため賠償責任保険に加入されることをおすすめいたします。

講習日程の一例

1日目		開講前までに受付
	13:30	ゲレンデにて開校式／クラス分け～レッスン開始
	15:45	レッスン終了
	18:00	夕食(時間はホテルにより異なります)
		3泊以上のコース　1回目ビデオミーティング
2日～4日目	7:30	朝食(時間はホテルにより異なります)
	9:00	レッスン開始
	11:15	レッスン終了
	13:15	レッスン開始
	15:30	レッスン終了
	18:00～	夕食(時間はホテルにより異なります)
	●滑走ビデオの撮影(天候によりできない場合があります) ●各種検定を会期中に実施(希望者) ●ミーティング　ビデオをもとに技術説明・カルテ他 2泊までのコース→雪上、又は館内にて夕食までに1回行います。 3泊以上コース→2回目ミーティングは、各班ごとで時間、場所を分けて行います。	
5日目	7:30	朝食(時間はホテルにより異なります)
	9:00	レッスン開始
	11:15	レッスン終了／閉校式

時間は目安です。天候等、状況により内容を変更する場合がございます。4泊以上のコースにおいては、志賀高原内のいろいろなスキー場に遠足に出かける指導方法です。

動画撮影とレッスンカルテ

●**動画撮影**　ミーティング時のタブレットの使用により、スキー教師とお客様の動画を活用して皆さまのレベルアップに役立てます。使用するアプリは、スローモーションやズームが鮮明で滑りのイメージ作りにとても効果的です。また、お客様の動画データは、講習後マイページよりダウンロードいただけます。
(動画の配信は1週間前後です。)

●**レッスンカルテ**　3泊以上のコースを受講いただいた方には最終日に教師からの所見やアドバイス等が記載されたレッスンカルテをマイページに配信致します。1泊、2泊コースを受講いただいた方には、カルテのアドバイス欄に一言アドバイスを記載してマイページに配信致します。これらは、動画と同様にマイページからいつでもご覧いただくことが可能です。又、プリントが必要な方はお申し出ください。

【ご注意】

・会員登録をインターネット以外で登録された方はマイページをご覧頂けません。インターネットで会員登録をされていない方で、動画、カルテをご希望の方は、ミーティング時にご相談ください。

【動画撮影・レッスンカルテのあるレッスン】
レギュラーコース(目的別集中コース含む)・スペシャルコース・デラックスコース・レーシングコース・シニアコース・中学高校生コース・子供スクール(動画のみ)・スペシャルゲストレッスン(動画のみ)

お申込み方法（お申込みの前に必ずお読みください）

会員登録のお願い

お申込みいただくには会員登録（無料）が必要となります。インターネットでご登録いただいた場合はインターネット申込みが可能ですが、お電話で登録された場合のお申込みはお電話でのみ承ります。下記をご確認いただきご登録をお願いいたします。
※代表者のみでのお申込みはできません。ご参加の方全員のご登録をお願いいたします。子供スクールにご参加のお子様もご本人のご登録が必要です。

【インターネット】 ホームページよりご登録をお願いいたします（詳細P5）。ご登録いただきますと、ホームページ上にお客様のマイページが作成されます。
・インターネット申込み・電話申込みが可能です。お申込みへの弊社からの回答、お支払い金額のご案内、現地でご提示いただく予約票（確定書面）等、すべてマイページにてご確認いただけます（書面での郵送はございません）。
・マイページより、レッスンで撮影した動画やレッスンカルテがご覧いただけます（詳細P3）。

【お電話】 お名前、住所、電話番号等、必要事項を伺い、当社がお客様に代わって登録手続きをさせていただきます。必要な書類はすべて郵送となりますので、ご出発までの日数に余裕をもってのお申込みをお願いいたします。
・お申込みは電話申込みのみとなります。
・ホームページ上にマイページが作成されないため、レッスンで撮影した動画やレッスンカルテをオンラインでご覧いただくことができません（動画・カルテはミーティング時にご覧いただけます）。

お申込みとお支払い方法

①ご予約はインターネット・お電話にて承ります。
※ご来店での受付は、12月1日（火）～。予約制です。

インターネットからのお申込み

申込みサイト　https://sugiyama-travel.com/

受付開始日①：2026年10月18日（日）正午～
対象コース：子供スクール・中学高校生コース・
デラックスコース・デラックススペシャルコース・
ジャイアントスペシャル・サンバレースペシャル・志賀高原以外（野沢）

受付開始日②：2026年11月1日（日）正午～
対象コース：すべてのコース（月山を除く）
※月山コースは2027年3月3日（水）～
開始時間は2月下旬にホームページでお知らせします。

会員登録後、申込みサイトよりお申込みください。この時点ではまだ予約は確定しておりません。当社にてお申込み内容を確認後、ご予約の可否をマイページ上でお知らせいたします。お支払いは、クレジットカード（全額お支払い時のみ）・銀行振込をご利用いただけます。

●10月・11月のお申込みについて
お申込み後、当社からの回答まで2週間程度のお時間をいただく場合がございます。受付はお申込みの先着順となりますが、ご予約内容により手配にかかる時間が異なるため、当社からの回答は先着順ではございません。予めご了承ください。

お電話からのお申込み

電話番号　スギヤマトラベル 03-3562-5988

受付開始日：2026年11月17日（火）正午～
対象コース：すべてのコース（月山を除く）
※月山コースは2027年3月3日（水）～
開始時間は2月下旬にホームページでお知らせします。

お電話でご予約内容を伺いながら、当社にて申込みシステムに入力いたします。入力が完了するより先にインターネットからのご予約が入り、お手続き中に満員となる場合もございますので予めご了承ください。会員登録をされていない方は、お申込み前にお済ませいただきますと、手続きの時間が短縮されます。手配が完了次第、ご請求書を郵送でお送りいたします。内容をご確認いただき、銀行振込にてご送金をお願いいたします。
※インターネットで会員登録された方は、マイページにご予約内容が反映されます。お支払い額や確定書面等、マイページにてご確認ください（書面での郵送はございません）。尚、お電話でお申込みされたご予約のお支払いは銀行振込のみとなり、クレジットカードはご利用いただけません。

②当社が予約を承諾した日の翌日から起算して10日以内（旅行開始日の前日から起算してさかのぼって30日前以降のお申込みは当社の指定期日まで）に申込金（または全額）のお支払いをお願いいたします（お電話でのお申込みの方は請求書に記載の期日まで）。この期間内に申込金のお支払いがない場合は、予約がなかったものとして取扱います。尚、この期間内に取消しをご希望の方もその旨ご連絡をいただけますようお願いいたします。

③旅行代金（申込金を差し引いた残額）は、旅行開始日の前日から起算してさかのぼって21日前までに全額お支払いをお願いいたします。ただし、旅行開始日の前日から起算してさかのぼって20日以内にお申込みをされた場合は、お申込み時に全額お支払いいただきます。旅行代金の現地払いはできません。

④旅行代金の全額をお支払いいただいた後、予約票（確定書面）を旅行開始日の前日までにお客様に交付いたします（お申込み方法により交付方法が異なります）。現地受付でご提示ください。

申込み締切り

【インターネット】 スポーツハイム泊のコースまたは講習のみのお申込み⇒旅行開始日の前日から起算して3日前まで（当社休業日を除く）　※初めてご参加の方は14日前までにお申込みください。
スポーツハイム泊以外のコースのお申込み⇒旅行開始日の前日から起算して14日前まで（当社休業日を除く）
お支払い期日の曜日やお時間によっては、銀行振込のご希望にそえないことがございます。

【お電話】 スポーツハイム泊のコースまたは講習のみのお申込み⇒旅行開始日の前日から起算して7日前まで（当社休業日を除く）　※初めてご参加の方は14日前までにお申込みください。
スポーツハイム泊以外のコースのお申込み⇒旅行開始日の前日から起算して14日前まで（当社休業日を除く）
◇締切り日前であっても、定員に達し次第締切りとなります。また、定員に満たない場合でもスクールの都合により受付終了となることがございます。
開講日の2日前（当社休業日を除く）以降のお申込みはお受けできません。

【当社休業日】 土、日、祝日、12/31～1/4

旅行契約の成立時期

銀行振込み・ご来店でのお支払い／当社が契約の締結を承諾し、申込金または旅行代金のご入金を確認した時に成立するものとします。
クレジットカードでのお支払い／当社が契約の締結を承諾し、クレジットカード決済が完了した時点で契約が成立するものとします。

取消

【ご連絡方法】 取消は、お電話またはマイページのキャンセル申請ボタンよりお申し出ください（メールやFAXでの取消はお受けできません）。取消日は、当社の営業日、営業時間内に取消しをする旨をお申し出いただいた時を基準とし、営業時間外に着信したご連絡の取消日は翌営業日となります。旅行開始日当日の解除のお申し出は、当社が休業日の場合、スポーツハイム奥志賀にお電話でご連絡ください。※マイページからのキャンセル申請は旅行開始日の前日から起算して10日前までとなります。9日前以降はお電話で承ります。

【取消料】 旅行契約の成立後、お客様のご都合で旅行契約を解除する場合、旅行代金に対してお一人につき取消料をいただきます。

取消日（契約解除の期日）		取消料（お1人様）
旅行開始日の前日から起算してさかのぼって	21日目に当たる日以前	無料
	20日目に当たる日以降8日前まで	旅行代金の 20%
	7日目に当たる日以降2日前まで	旅行代金の 30%
旅行開始日の前日		旅行代金の 40%
旅行開始日の当日		旅行代金の 50%
旅行開始後または無連絡不参加		旅行代金の100%

※複数でお申込みいただいたお客様の一方が契約を解除した場合、契約を解除したお客様から取消料を、ご参加のお客様からは1室ごとの利用人数に対する差額代金をいただきます（相部屋利用時をのぞく）。尚、人数変更で室定員に満たなくなった場合、ご旅行をお受けすることができないため全員取消となります（取消料が発生する期間の場合、規定の取消料をいただきます）。部屋条件を変更して改めてご予約をお願いいたします。
※募集型企画旅行に含まれない前後泊の変更および取消等は各主催会社・宿舎の約款に基づく取消料をいただきます。

【ご返金】 既に収受している旅行代金（または申込金）から所定の取消料を差し引いて払戻しをいたします。
銀行振込でお支払いいただいたご予約へのご返金／お客様の銀行口座への返金となります。その際の送金手数料はお客様負担となりますのでご了承ください。お取消の都度ご返金させていただき、お預かりや他のお申込み分への充当はできません。
クレジットカードでお支払いいただいたご予約へのご返金／ご利用のカード会社を介しての返金となります。ご返金時期およびご返金方法は、ご利用のカード会社により異なります。詳細は、ご契約のカード会社へお問合せください。

変更

コース、日程、人数、宿泊施設等、行程中の一部を変更される場合は一度取消いただき、改めて新規でのご予約をお願いいたします。この場合も取消料の対象となります。取消と新たなお申込みのタイミングによっては、満員となりお申込みいただけない可能性もございますので予めご了承ください。尚、旅行代金のお支払い方法によりお手続き方法が異なります。

≪お支払い期日前またはお振込みでお支払いされたご予約≫
お支払い期日前またはお振込みでお支払いされたご予約は、以下の内容に限り、取消をせずにご変更いただけます。当社までご連絡ください。
①前泊・後泊の追加申込みやキャンセル　②リフト券パックの追加申込みやキャンセル　③レンタルの予約やキャンセル　④スポーツハイムの部屋タイプ変更※
※申込受付開始～11月23日までにお申込みいただいたスポーツハイムの部屋タイプ変更は、11月24日以降の対応とさせていただきます。それより前に変更を希望される場合は、お申込みを一度取消いただき、改めてのお申込みをお願いいたします。お申込みの先着順を厳守して手配を行うため、何卒ご了承ください。

≪クレジットカードで決済済みのご予約の変更について≫
クレジットカードで決済済みのご予約は、内容に関わらずすべてのご変更が承れません。ご予約を一度取消いただき、改めてお申込みをお願いいたします。
※レンタル予約の追加やキャンセルは決済後でも可能です。

キャンセル待ち

キャンセル待ちはお受けしておりません。キャンセルの情報はマイページで「キャンセル情報を受け取る」設定にされている方にメールでお知らせいたします。マイページより設定の変更も可能です。
※予約状況は常に変化しますので、すべてのキャンセル情報をお知らせするわけではございません。キャンセルが発生してもメールでお知らせする前に再度満員になる場合がございますのでご了承ください。

その他　※33ページをご覧ください。

お振込先

三菱 UFJ 銀行　京橋支店　普通 4534160
みずほ銀行　銀座中央支店　普通 0727480
（口座名）株式会社スギヤマトラベル申込受付口

ゆうちょ銀行　00170-9-68949
（口座名）株式会社スギヤマトラベル

ご送金は、必ずご予約後に旅行に参加されるご本人様のお名前でお願いいたします。
- 送金手数料はお客様の負担とさせていただきます。
- 20歳未満の方の会費を親権者のお名前でご送金されますと、確認に時間がかかりますのでご注意ください。
- 複数のお申込み分のお支払いを合算でお振込みいただく場合は、必ず事前にお名前とお振込分の予約番号をお知らせください。

インターネットを利用した申込み方法

インターネットで会員登録をすると、お申込みやクレジットカード決済、ご予約内容の確認や取消等のお手続きをお客様専用のマイページから行うことができます。ご利用方法の詳しいご案内は当社ホームページをご覧ください。

お申込み説明ガイド

お申込みの流れ

Step1　会員登録

インターネット上にお客様のマイページが作成されます。

Step2　お申込み≪マイページ≫

マイページにログインし、画面に表示されるご案内に沿ってお申込みください。

Step3　確定通知と旅行代金お支払い≪マイページ≫

当社にてお申込み内容を確認後、予約の可否をマイページ上でお知らせいたします。お申込み内容が確定し手配が完了したご予約は、旅行代金とお支払い方法のご案内が表示されます。

Step4　入金確認通知とご参加にあたってのご案内≪マイページ≫

全額のご入金後、ご参加にあたってのご案内や現地受付にご提示いただく予約票がマイページ上に表示されます。ご不明な点がございましたら、お問合せ機能をご活用いただきお気軽にお問合せください。
●各ステップごとのご案内は次項をご覧ください。

お問合せ・お申込み

株式会社スギヤマトラベル
https://sugiyama-travel.com/
☎03-3562-5988　FAX.03-3567-8850
〒104-0061東京都中央区銀座1-6-11土志田ビル8F
営業時間：平日10:00～18:00
電話・来店受付時間：平日12:00～17:00
●ご来店は予約制となります。12月1日（火）以降、お電話でご予約をお願いいたします。
●お問合せは、マイページのお問合せ機能もご活用ください。
※土・日・祝日・年末年始は休業

Step1

会員登録

お申込みには会員登録が必要です。当社会員登録ページ「https://sugiyama-travel.com/membership/」へアクセスしてください。

- メニューの「マイページ／新規登録」を選んで「新規登録」画面よりご登録ください。
- 代表者のみでのお申込みはできません。ご参加の方全員のご登録をお願いいたします。子供スクールにご参加のお子様もご本人のご登録が必要です。
- 登録後、スギヤマトラベルより【登録完了】のメールが届きます。メール受信をもって登録の完了となり、お客様のマイページが作成されます。お申込み以降、ご出発までに必要なお手続きはすべてマイページ上でのご案内になります（書面でのご案内はございません）。必ずメールの受信をご確認ください。
- 登録手続きの前に「@sugiyama-travel.com」からのメールを必ず受信可能に設定してください。
- メールの設定やメールが受信できない等のお問合せには対応できません。予めご了承ください。
- 従来型携帯電話（ガラケー）はご利用いただけません。

マイページでできること

お申込みからお支払い、ご出発前のご案内まで、ほとんどのお手続きがマイページより可能です。
- 申込受付期間中はいつでもお申込みが可能です。
（予約可否の回答は当社営業時間内での対応となります。）
- クレジットカード決済・銀行振込を選択できます。
- お申込み内容やご予約の進捗状況を確認できます。
- お問合せ、キャンセル申請もマイページから可能です。
- レッスンの履歴、カルテ、動画がご覧いただけます。
（カルテと動画は対象コースの場合。）

Webサイト上のデザイン・レイアウトは変更になる場合があります。予めご了承ください。

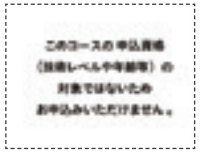
Step2

お申込み

お申込み内容は予約申込みであり、契約が成立するものではありません。手配をした上で、予約の可否をマイページ上でお知らせいたします。

① 会員登録時に設定したID（メールアドレス）とパスワードでマイページにログインします。
② メニューの「コース検索・お申込み」をクリックします。

③ コース検索はレッスン日・レッスンコース・スキーレベル・担当教師から検索できます。下部に表示される検索結果からお申込みを希望するコースを選択してください。（「第1希望として入力画面に進む」をクリックします。）



※募集定員に達したコースは「満員」と表示され、申込み受付が終了となります。

・募集定員はレッスンの定員となります。募集定員内でお申込みいただいた場合でも、ご希望の宿舎や部屋タイプが満室の場合はお申込み確定とならない場合がございます。

・キャンセルによりお申込み人数が定員未満となった場合は、申込み受付が再開されます。

※ 申込資格（技術レベルや年齢制限）のあるコースは、対象外の方はお申込みいただけません。

④ 画面上のご案内に沿ってお申込みを進めます。
⑤ オプション選択画面ではご希望に応じて必要な項目を選択してください。コースによって表示される項目は異なります。
（オプションの例）
部屋タイプの変更、前泊・後泊のお申込み、リフト券パックのご利用
⑥ オプション最終ページの「次ページに進む」をクリックすると、確認画面が表示されます。内容をご確認の上「上記の内容で申込みリストに追加する」をクリックしてください。
⑦ お申込みリストが表示されます。（お申込みは完了しておりません。）
a. 第2（第3）希望として選択が可能なコースが表示されます。第2（第3）希望を選択する場合は「第2（第3）希望として申込む」をクリックしてください。

b. 第2（第3）希望の選択後（第1希望のみ申込みの方は第1希望の選択後）、申込みを実行される場合は、同意項目をご確認の上、「同意する」にチェックを入れて「上記の内容で申込みをする」をクリックして申込みを実行してください。
⑧ お申込み後、ご登録のメールアドレスに予約申込み完了のお知らせが送信されます。また、お申込み済みのコースはマイページの「申込み・予約確認」でご確認いただけます。
※メールが届かない場合やマイページに表示されない場合はお申込みが完了しておりません。「上記の内容で申込みをする」のクリックをお忘れないようにお願いいたします。

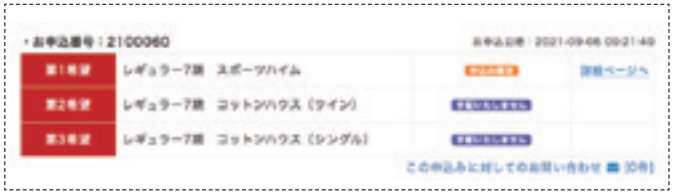
Step3

確定通知と旅行代金お支払い

当社にてお申込み内容を確認後、予約の可否をマイページにて通知いたします。お申込み内容が確定し手配が完了したご予約は、旅行代金とお支払い方法のご案内が表示されます。

① マイページにログインし「申込み・予約確認」をクリックします。お申込み済みのコース一覧が表示されます。お申込みが確定したコースはステータスが 申込み確定 になります。

※「お申込みの確定」はお申込み内容の確定であって、この時点では旅行契約は成立しておりません。



この例では、第1希望で予約確定となったため第2、第3希望は手配しておりません。

② 「詳細ページへ」をクリックすると確定したご予約内容が表示されます。部屋条件、前泊・後泊の予約可否等、お申込みへの回答や当社からのご連絡事項はこちらの詳細ページに記載いたしますので必ずご確認ください。
③ 申込金（10,000円）または全額をお支払い期限日までにお支払いください。
20日前をきっている場合は全額を期限日までに入金してください。期限日までにお支払いがない場合、ご予約が取消となります。
④ 旅行契約の成立時期は、当社がお申込みの確定通知を送信後、銀行振込の場合は申込金または旅行代金のご入金を確認した時、クレジットカードでお支払いの場合はクレジットカード決済が完了した時点で契約が成立するものとします。

【お支払い方法】

銀行振込：申込み確定画面に記載の金融機関にお振込みください。
クレジットカード：全額お支払いの場合のみ、クレジットカードがご利用いただけます。申込み確定画面の「会費全額をクレジットカードでお支払い」をクリックするとクレジットカード決済会社のページへ遷移します。手順に沿って必要項目をご入力の上、お支払いを完了してください。

Point!

当社の申込みシステムは宿舎や部屋タイプの残数とは紐づいておりません。そのため、レッスンの定員内でお申込みいただいた場合でもご希望の宿舎（部屋タイプ）が満室でお申込み確定とならないことがあります。ご希望の宿舎（部屋タイプ）が満室だった場合に同会期の他の宿舎（部屋タイプ）へのお申込みを希望される方は、第2（第3）希望を選択してお申込みいただくことが可能です。第1～第3希望のうち、ご予約をお受けできるお申込み内容の中で希望順が高いお申込み一つのみをご予約の対象として承ります。

＊ スポーツハイムの個室利用でお申込みの場合に、第1（第2）希望の部屋タイプが満員の際に相部屋でのお申込みがご希望の方は、第2（第3）希望に相部屋でのお申込みを選択してください。
＊ ツインやグループ利用での部屋タイプでお申込みいただいた際に、お申込み人数分のレッスンの空きがない場合は全員分のお申込みが取消となります。1名でもご参加がご希望の場合は、第2（第3）希望に1名でのお申込みを選択してください。ご同行の方と優先順位をお話合いの上、お申込みをお願いいたします。
＊ 第1希望の宿舎や部屋タイプが満室の際に、ご自身で宿を手配されて講習のみでのお申込みを希望される場合は第2（第3）希望に選択してください。（講習のみでご参加いただけるコースに限ります。）

Step4

入金確認通知とご参加にあたってのご案内

申込金のご入金確認後に「申込金の入金確認」を、全額のご入金確認後に「全額の入金確認」をマイページにて通知いたします。※旅行契約成立となります。

① マイページにログインし「申込み・予約確認」をクリックします。ご予約済みの申込み一覧が表示されます。入金確認後のステータスは 申込み金入金済 または 全額入金済み になります。

② 「詳細ページへ」をクリックし表示された内容をご確認ください。
申込金入金／残金が表示されます。お支払い期日までにお支払いください。
全額入金／ご出発前または現地受付時に必要なご案内が表示されます。
・「ご参加にあったてのご案内」が表示されている場合はクリックして必ずご確認ください。
・予約票の発行ボタンをクリックすると「予約票」が表示されます。現地受付でプリントしたものまたは画面をご提示ください。

予約の取消

お申込みの確定後、予約したコースを取消す場合は、マイページからキャンセル申請することができます。

① マイページにログインし「申込み・予約確認」をクリックします。表示された申込み一覧から、キャンセル申請するコースの「詳細ページへ」をクリックするとコースの詳細が表示されます。

② 「このコースを取消す」ボタンをクリックして取消を実行してください。実行されるとステータスが キャンセル申請 になります。この時点では取消は完了しておりません。

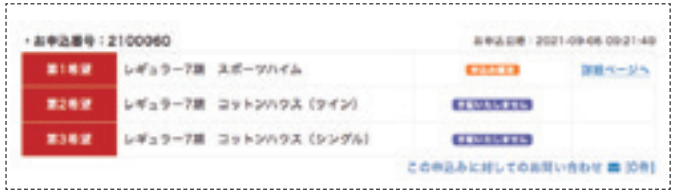
③ 当社にて確認後、取消（キャンセル）が完了すると 取り消されました のステータスになります。ご返金がある場合のお手続き方法等、メールにてお知らせいたします。

マイページからキャンセルができるのは、開講日から10日前までとなります。10日前を過ぎたコースをキャンセルする場合はお電話のみの対応となります。

※取消料につきましては、4ページをご覧ください。

お問合せ

お申込みいただいたコースへのお問合せは、お問合せ 機能が便利です。
①マイページにログインし「申込み・予約確認」をクリックします。
②表示された申込み一覧のお問合せ からお問合せください。
※ご返信は当社営業時間内の対応となります。



マイページの見方

① **コース検索・お申込み**
杉山スクールのコース検索やお申込みができます。

② **マイページTOP**
ステータスが更新された際や当社よりお客様へのご連絡（メッセージ）を受信した際に、お知らせが表示されます。

③ **申込み・予約確認**
お申込み済みのコースが一覧で表示され、お申込みの手配状況やお申込み内容をご確認いただけます。

④ **レッスン履歴・カルテ**
参加されたレッスンの履歴、カルテ（3泊以上のコース）、動画（対象コース）がご覧いただけます。

⑤ **登録情報の確認・編集**
登録情報の確認、変更（住所、電話番号等）ができます。

マイページからご覧いただける お申込みコースの進捗状況ステータス一覧

ステータスが更新された際には、必ず詳細ページを開いてご確認ください。

申込み送信済み	お申込みが送信されました。
手配中	お申込みコースを手配しております。ご予約可否の回答まで今しばらくお待ちください。
手配できませんでした	満員（満室）のためお申込みのコースが手配できませんでした。
手配いたしません	優先の希望コースが手配できましたので、こちらのコースは手配いたしません。
申込み確定	お申込みが確定しました。旅行契約は成立しておりません。期日までにお支払いをお願いいたします。
申込み金入金済み	申込金の入金が確認されました。（旅行契約成立）
全額入金済み	全額の入金が確認されました。（旅行契約成立）
取り消されました	ご予約が取り消されました。
催行中止	催行中止となりました。※最少催行人員に達しない場合等、中止となる場合は別途ご連絡いたします。

当校はSIA（公益社団法人日本プロスキー教師協会）公認校です。

杉山スクールはSIA（公益社団法人日本プロスキー教師協会）公認校であります。
SIAは公益法人としてスキーをはじめとするスノースポーツの安全な普及を目指して全国約145校で指導をおこなっている「教えるプロ」の協会です。プロ教師資格検定、一般愛好家の皆様への＜国際技術検定＞を積極的に行っており、日本を代表して唯一「国際スキー教師連盟（ISIA）」に加盟しているSIAは世界のスノースポーツ教師との交流と情報交換に通じて、最高の指導法を日本国内で展開しております。

■SIA検定を受けてメダル保持者に～目標をもってレベルアップを！

杉山スクールではどなたでも、ご自身のレベルと目標に合わせたSIA検定の受検をお勧めしております。ご参加は任意の自由参加（有料）ですが、目標を持って、ステップを重ねる事は年齢体力を問わず、レベルアップには有益であり、毎シーズン多くの方がチャレンジされています。是非お試しください！
詳細は担当教師にお問い合わせください。

技術検定

SIA公認校ではISIAに認められた「国際スキー技術検定」をはじめ、スノーボード・テレマークの技術検定を行っております（スーパーゴールド、スーパーセミゴールドを除く）。
最も初歩的なセミブロンズ（プルークボーゲンで滑れる程度）から、最高ランクのスーパーゴールドまで、検定種目・斜面設定が決められており、幾つかの基準に基づいて検定が行われています。どなたでもチャレンジできます。

SIAメダル検定（スキー）

定められたゲートを滑走し、そのタイムによってレッドメダル～ゴールドメダルまでを目指す、レーシングシーンでのタイムチャレンジです。対戦相手はSIAペースメーカー（ペースメーカーポイントを取得したスキー教師です）。当校では主に奥志賀第四ゲレンデで実施しています。

（検定関連コース）
種目別コース（検定対策）、検定コース・・・詳細16・17ページ

SIAホームページ／https://www.sia-japan.or.jp/

杉山スクール直営宿舎 スポーツハイム奥志賀のご案内

奥志賀ゴンドラ乗り場の目の前にある「スポーツハイム奥志賀」は、杉山スクールが直営する宿舎です。もちろんゲレンデからはスキーイン！
お部屋はお客様同士の親睦を深めるのに最適なスキーヤーズベッドを基本とし、初めてスクールに参加される方でも気軽にご利用いただけます。

スポーツハイム奥志賀
〒381-0405 長野県下高井郡山ノ内町奥志賀高原
☎0269-34-2551　info@sugiyama-ski.com
バス停：奥志賀ゴンドラ前　駐車場：宿舎前に無料大駐車場あり

【部屋数】22室／スキーヤーズベッド17（アウトバス・アウトトイレ）、和室1（アウトバス・アウトトイレ）、洋室シングル1（バス・トイレ付）、ツイン3（アウトバス・アウトトイレ）
【主な設備】エレベーター、レストラン、コインランドリー、全館無料Wi-Fi、自動販売機、ドライヤー（洗面所）、各種レンタル
●チェックイン　15:00（状況によって時間が前後する場合があります。）
●チェックアウト　午前のレッスン開始前または午後のレッスン開始前（現地でご案内いたします。）

【館内】

スキーヤーズベッドの一例

和室

洋室（ツイン）／TV・冷蔵庫付

レストランサンクリストフ
昼・夕食時営業のレストラン

クルックサール
朝食、ミーティング会場となる多目的ホール

浴室
シャンプーリンス、ボディソープ付

●アメニティ　タオル・歯ブラシ・寝巻はご持参ください。レンタルタオル（バスタオルとフェイスタオルのセット500円）があります。

●夕朝食
夕食／18:00～19:00（レストランサンクリストフ）
朝食／6:30～7:30（クルックサール）
部屋ごとに開始時間を指定させていただくことがあります。

●アレルギー対応
食物アレルギーのあるお客様は、宿泊日の3日前までに、スポーツハイム奥志賀へお電話またはメールにてご相談ください。
※単品のアレルギーについては対応可能ですが、小麦、大豆等、成分のアレルゲンは調味料に含まれていることもあり、対応できかねる場合がございます。

●部屋割り
男女別定員制相部屋　※部屋数限定で個室対応があります。

●個室対応
割増料金で個室対応が可能です。
【部屋タイプ／部屋数／割増料金（1泊に付き1名様・税込）】
・シングルルーム（バス・トイレ付）／1部屋／5,000円
・ツインルーム（アウトバス・アウトトイレ）／3部屋／ツイン利用3,500円、シングル利用5,500円
・スキーヤーズベッド（アウトバス・アウトトイレ）／4～7部屋／1名様利用4,500円、2名様利用 2,500円、3名様以上 0円

●前後泊
前泊（開講日の前日の宿泊）、後泊（閉講日の宿泊）もご利用ください。
※前後泊の宿泊日と他コースの日程が重なっている場合、コースレッスンにご入校のお客様の宿泊を優先させていただくため、前後泊でご利用いただける部屋数や部屋タイプに限りがあります。予めご了承ください。

【前後泊宿泊料】
●前泊　2食付または朝食付を選択できます。
（12月～3月）1泊2食付：9,000円　1泊朝食付：7,000円
（4月～5月）　1泊2食付：8,000円　1泊朝食付：6,000円
2食付⇒夕食時間（18:00）までにご到着ください。
朝食付⇒ご到着日の夕食のご提供はありません。持参された食べ物を召し上がる際にはクルックサール（多目的ホール）をご利用ください。周辺にレストランやコンビニ等はありません。
●後泊　2食付のみ　（12月～3月）9,000円（4月～5月）8,000円

【以下の日程は前後泊でのご予約をお受けできません。】
・前泊の予約不可日：12/10、12/17※、12/29、1/2※、1/21※、2/4※、4/8、4/15、4/22
・後泊の予約不可日：12/25、12/30、1/3※、3/26、3/31、5/4
※の日は、直前にスポーツハイムにお問合せいただいた場合にご宿泊可能となることもあります。

【送迎付前泊】
12/11、12/18、4/2、4/9、4/16、4/23、4/28、4/30
※上記の日程を予定しておりますが、21:00長野駅発の急行バスの運行がある場合はこちらの送迎はありません。
先着10名様（送迎料無料）飯山線立ヶ花駅22:10発⇒スポーツハイム23:10頃着
（ダイヤ改正により時間は変更になる場合がありますので、ご確認ください。）

長野県では2026年6月1日より宿泊税が導入されました。詳細は右ページ「宿泊税に関するお知らせ」をご覧ください。

タクトスキーラボ

レストランサンクリストフ（スポーツハイム）内
TEL070-1482-1122
営業日：2026年12月19日（土）～2027年3月28日（日）／営業時間：8:30～16:00
※3月29日以降の営業は雪の状況によって決定いたします。お問合せください。

スノースポーツウェア（アウター・インナー）、ヘルメット、グローブ、その他小物に至るまで、多種多様な商品を販売しております。レンタルとチューンナップは、スポーツハイムにご宿泊のコース入校者の方は特別割引料金となります。

【レンタルショップ】

コース入校者料金（大人用・税込）			
	スキーセット（スキー・ブーツ・ストック）	スキー板のみ ブーツのみ	アルペンスキー用ストック
半日	3,000 円	3,000 円	1,000 円
1 日	5,000 円	3,000 円	1,000 円
2 日	10,000 円	5,000 円	2,000 円
3 日	15,000 円	8,000 円	2,000 円
4 日	20,000 円	9,000 円	3,000 円
5 日	25,000 円	12,000 円	4,000 円
6 日	30,000 円	15,000 円	5,000 円
スキーウェア			
半日	1 日	2 日	3 日
3,000 円	3,000 円	6,000 円	9,000 円
4 日以上は 1 日に付き 2,000 円増			

●初心者は初回のレンタル料が無料
まったくの初心者（スキーブーツを履いたこともリフト搭乗の経験もなく、スキーを初めて経験する方）は、初回入校時のスキーセットとウェアのレンタルが無料です。（スノースポーツコース、テレマークコースを除く。）
※ハイム泊のコースが対象です。
※複数のコースにお申込みいただいた場合は、一番初めにご入校いただくコースが対象です。

●ご予約方法
・コースにご入校の方は、開講10日前までにスギヤマトラベルへご予約ください。マイページからご予約いただけます。
※当社ではスキー、ブーツ、ストック、スキーウェアのレンタル予約を承ります。ヘルメットのレンタルはタクトスキーラボへお問合せください。
・子供スクールにご参加の小学生のレンタルについては、22～23ページをご覧ください。

●ご案内
テレマーク、山スキー、ファットスキー、BCポール、ヘルメットのレンタルもございます。詳細はタクトスキーラボへお問合せください。

【チューンナップ】

基礎スキー、レース、バックカントリースキーなど、カテゴリーを問わず何でもご相談承ります。

	一般料金	コース入校者料金
スタンダード	15,000 円	9,000 円
ベーシック	12,000 円	7,000 円
ホットワックス	5,500 円	4,000 円

※料金は税込です。

志賀高原内宿舎のご案内

奥志賀

デラックスなホテルで優雅にスキーレッスンを。

奥志賀高原ホテル

〒381-0405 長野県下高井郡山ノ内町奥志賀高原
☎0269-34-2034　バス停：奥志賀高原ホテル
［洋室・バストイレ付］　チェックイン15：00　チェックアウト11：00
●部屋割り：相部屋ではありません。シングル、ツインの別でご予約ください。
●部屋タイプ：目的別集中コース／ツインは本館スタンダードツイン、シングルは本館スタンダードシングルです。デラックス・シニアスプリングコース／本館スタンダードツイン（シングルはスタンダードツインのシングルユース）の設定です。
●夕食：レストランは、フレンチ、和食からお選びいただけます。旅行契約成立後、お早めにホテルへご予約をお願いいたします。予約状況によってはご希望のレストランをお選びいただけない場合もございます。ご予約の際、杉山スキースクールのコースレッスンご参加の旨お伝えください。
●アメニティ：大小タオル・歯ブラシ・バスローブ

ホテルグランフェニックス奥志賀

〒381-0405 長野県下高井郡山ノ内町奥志賀高原
☎0269-34-3611　バス停：奥志賀高原ホテル
［洋室・バストイレ付］　チェックイン16：00　チェックアウト12：00
●部屋割り：相部屋ではありません。シングル、ツインの別でご予約ください。
●部屋タイプ：スタンダードツインの設定です。（シングルはスタンダードツインのシングルユースとなります。）
●夕食：夕食は18：00～、イタリアンと和食（どちらもコース）を1日おきにご用意いたします（例：初日イタリアン⇒2日目和食⇒3日目イタリアン⇒4日目和食）。時間やレストランの変更を希望される方は直接ホテルへお問合せください。
●アメニティ：大小タオル・歯ブラシ・バスローブ

お洒落なペンションでアフタースキーも。

ペンション コットンハウス

〒381-0405 長野県下高井郡山ノ内町奥志賀高原
☎0269-34-2672　バス停：奥志賀高原ホテル
［洋室または和室・バストイレ付またはトイレ付］
チェックイン15：00　チェックアウト10：00
●部屋割り：相部屋ではありません。シングル、ツインの別でご予約ください。部屋タイプの指定はできません。
●夕食：地元産の新鮮な素材を活かした創作メニュー。四季折々の味をお楽しみいただけます。
●アメニティ：大小タオル・歯ブラシ

ペンション シャレークリスチャニア

〒381-0405 長野県下高井郡山ノ内町奥志賀高原
☎0269-34-2929　バス停：奥志賀高原ホテル
［洋室・バストイレ付］　チェックイン14：00　チェックアウト10：00
●部屋割り：相部屋ではありません。シングル、ツインの別でご予約ください。
●夕食：オーストリアで修業を積んだシェフによる、オーストリア料理がベースです。
●アメニティ：大小タオル・歯ブラシ

ペンション 白

〒381-0405 長野県下高井郡山ノ内町奥志賀高原
☎080-6967-0565　バス停：奥志賀高原ホテル
［洋室または和室・バストイレ付またはアウトバスアウトトイレ］
チェックイン15：00　チェックアウト10：00
●部屋割り：相部屋ではありません。シングル、ツインの別でご予約ください。
●夕食：和・洋・中を取り入れた料理をコース仕立てで提供します。
●アメニティ：タオル、歯ブラシ、寝巻など必要なものはお持ちください。
その他の情報はQRコードよりご確認ください。

宿泊税に関するお知らせ

長野県では2026年6月1日より法定外目的税として宿泊税が導入されました。宿泊税制度の詳細は長野県公式サイト「長野県宿泊税」をご覧ください。

【宿泊型コースレッスンの宿泊税について】

◇コース期間中の宿泊

・スポーツハイム奥志賀／会費は相部屋利用時の料金です。相部屋は宿泊料金が免税点未満のため、宿泊税は課税されません。オプションで割増料金が発生する部屋タイプを選択された場合は課税対象になりますので、別途現地にて宿泊税（1名様1泊に付き200円）をお支払いください。尚、課税対象となる部屋タイプは料金設定により異なります。詳細はスポーツハイム奥志賀にお問合せください。
・スポーツハイム奥志賀以外の宿泊施設／会費に宿泊税が含まれております。

◇前泊や後泊等、コースの日程に含まれない宿泊

・スポーツハイム奥志賀／上記（コース期間中の宿泊）と同様です。
・スポーツハイム奥志賀以外の宿泊施設／宿泊施設により宿泊税のお支払い方法が異なります。お客様のお申込み後、お支払額をお知らせする際にマイページ上（マイページをお持ちでない方には書面）でご案内いたします。

一の瀬

ホテル大六

〒381-0401 長野県下高井郡山ノ内町平穏7149
☎0269-34-2210　バス停：一の瀬スキー場（急行・路線）、一の瀬寮（路線）
［和室・トイレ洗面付］　チェックイン15：00　チェックアウト10：00
●部屋割り：個室または男女別相部屋
●夕食：種類豊富なバイキングスタイル。日によってお一人様用鍋が付きます。
●アメニティ：大小タオル・歯ブラシ・浴衣

ジャイアント

◆バスでお越しの方：どちらの宿舎も送迎があります。バスで志賀高原山の駅到着時、各宿舎へ電話してください。
◆乗用車でお越しの方：ジャイアントスキー場の駐車場をご利用ください。各宿舎までは徒歩可能です。
◆志賀高原山の駅からジャイアントスキー場リフト乗り場横まで、リフト券でパルスゴンドラに搭乗できます。営業時間中のご移動はこちらもご利用ください。

ホテルベルグ　♨温泉あり

〒381-0401 長野県下高井郡山ノ内町志賀高原ジャイアント
☎0269-34-2003　バス停：志賀高原山の駅
［和室］　チェックイン15：00　チェックアウト10：00
●部屋割り：相部屋ではありません。1名1室、2名1室の別でご予約ください。
●夕食：家庭料理でおもてなしいたします。
●設備・サービス：○駐車場宿舎間の荷物運搬サービスあり（6：30～18：00）現地にて宿舎にお申付けください。○温泉大浴場あり　○レンタルスキーあり
●アメニティ：大小タオル・歯ブラシ・浴衣

ホテルアルペンブルク　♨温泉あり

〒381-0401 長野県下高井郡山ノ内町志賀高原ジャイアント
☎0269-34-3366　バス停：志賀高原山の駅
［洋室・バストイレ付］　チェックイン15：00　チェックアウト10：00
●部屋割り：相部屋ではありません。シングル、ツインの別でご予約ください。
●夕食：和食と洋食を1日おきにご用意します。こだわりの食材による旬の味をお楽しみください。
●設備・サービス：○温泉あり ○全室ウォッシュレット付 ○レンタルスキーあり
※プール・ジャグジー・サウナの営業は見合わせております。
●アメニティ：大小タオル・歯ブラシ・寝間着

サンバレー

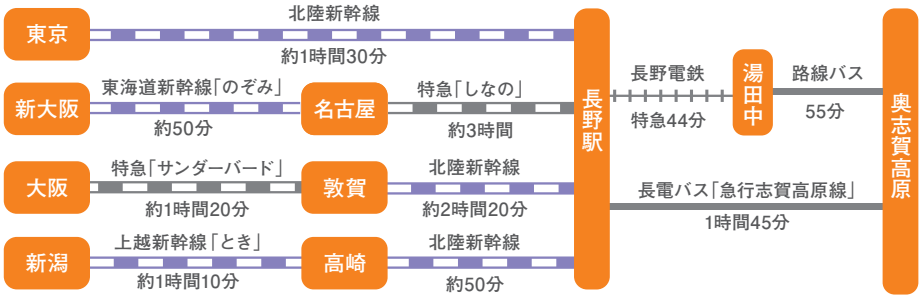
志賀高原の家 グリーン　♨温泉あり

〒381-0401 長野県下高井郡山ノ内町志賀高原サンバレー
☎0269-34-2552　バス停：サンバレー
［和室・トイレ洗面付］　チェックイン14：00　チェックアウト9：30
●部屋割り：相部屋ではありません。1名1室、2名1室の別でご予約ください。
●夕食：地元の食材を取り入れた、洋食中心の家庭的なコース料理。和食の日もあります。
●アメニティ：大小タオル・歯ブラシ・浴衣

アクセス

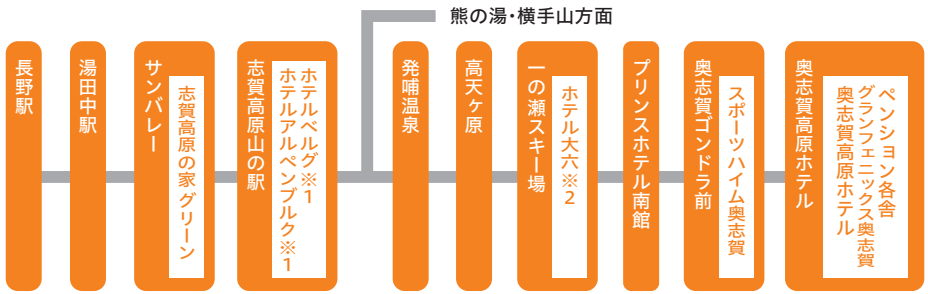
お車をご利用の場合

公共交通機関をご利用の場合



※夜行直通バスのご利用は各バス会社にお問合せください。 ※所要時間は車両や運行状況により異なります。

バス停留所のご案内



※1 志賀高原山の駅から送迎いたします。詳細は9ページをご覧ください。
※2 路線バスの最寄りのバス停は「一の瀬寮」です。

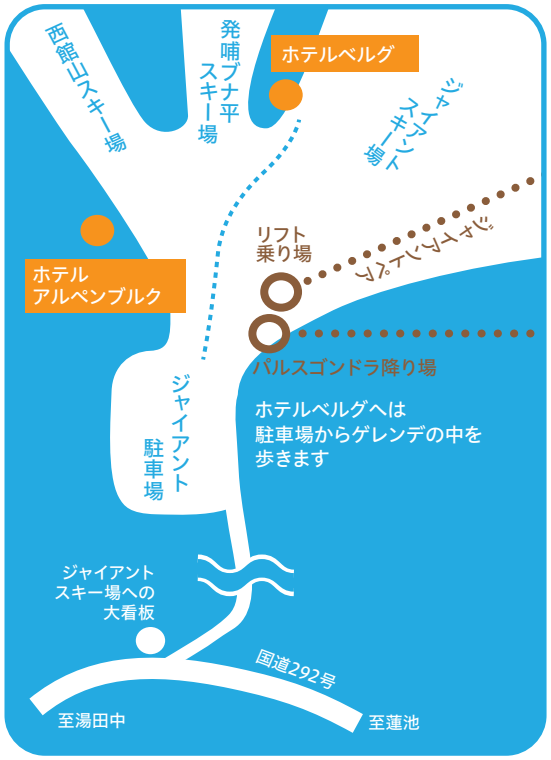
長野駅からの急行バスおよび湯田中駅からの路線バスは運行本数が多くありません。
事前にご確認の上ご利用ください。（長電バスホームページ）www.nagadenbus.co.jp

長電バスが冬季ダイヤに改正され次第、杉山スクールホームページでもご案内いたします。（12月初旬頃）

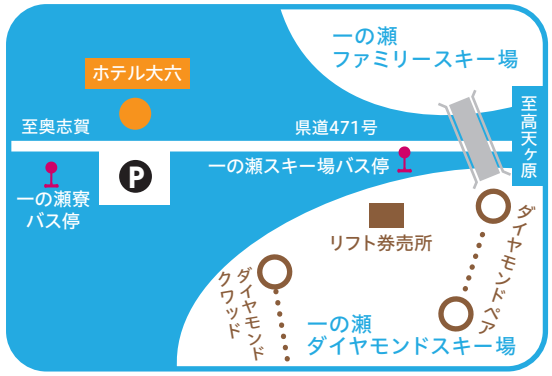
エリアMAP

●奥志賀高原

●ジャイアント



●一の瀬



●サンバレー

2026～2027シーズン イベントのご案内

杉山スキー＆スノースポーツスクール主催
第51回 4Sスキー大会

GSL競技と技術コンテストの2種目を開催！
レーサーも基礎スキーヤーも、大人もお子さまも！
お気軽にご参加ください。

【開催日】 3月7日（日）
【受付時間・場所】
AM8:45
奥志賀高原スキー場第4ゲレンデのゴール付近にお越しください。
【種　目】 ①GSL（大回転）
②技術コンテスト（総合滑降）
【競技会場】奥志賀高原スキー場第4ゲレンデ
（②のC、D、E、F、Gクラスは熊落としコース）
【参加資格】杉山スクールにご入校経験のある小学1年生以上の男女（中級A以上）
※ヘルメットを必ず着用してください。
【クラス】 A：小学1～3年　B：小学4～6年
C：中学・高校生　D:19～35歳
E：36～49歳　F：50～59歳
G：60～69歳　H：70～79歳
I：80歳以上
【参加費】 6,000円（保険代込）
※レギュラー15期・奥志賀スペシャル10期・レーシング9期は、会費に大会参加費が含まれています。
【競技方法】①（GSL）：2本の合計タイム
②（総合滑降）：ジャッジによる採点
※①＋②の総合順位と①②それぞれの種目ごとの順位を決定。
【表　　彰】各組男女別総合順位（GSL＋コンテスト）のみ
【申込締切】3月3日（水）
【お申込み】スギヤマトラベル　☎03-3562-5988
（インターネット申込み）
https://sugiyama-travel.com/
競技方法等のお問合せは、
杉山スクール（スポーツハイム奥志賀内）
☎0269-34-2551

1900年代 スキー映画/映像 を上映します！
（於：スポーツハイム奥志賀内クルックサール）

当スクールが所有するスキーの歴史的な映画や映像を、全7回で上映致します。
昔も今も変わらないスキーの魅力や技術の根幹を、貴重な映像で触れて見てください！
（自由参加です）
※タイトルについては変更することもございます。予めご了承ください。

上映日（予定）	タイトル	内容
12月16日（水）	スキー場は戦場ではない	監督　岡本喜八　出演　杉山進
1月13日（水）	シュビンゲン	オーストリアスキー教程より
1月20日（水）	新雪・白の交響曲	オーストリアスキー教程より
2月3日（水）	スキーマスター/フライト	監督　オトーラング
2月12日（金）	オーストリア/スイス　スキー紀行より	出演　杉山進
3月10日（水）	クルッケンハウザー教授撮影映像	オーストリアスキーの歴史
5月2日（日）	銀世界の覇者	ハンネスシュナイダー来日記録

※時間の中で、故 代表杉山進が推奨するスキーの歴史についての書物や、代表の著書を少しご紹介する予定です。

志賀高原2026-27全山共通リフト券料金のご案内

		1日券	2日券	3日券
日数券	大人	9,500円	18,500円	27,500円
	中・高校生（※1）	6,500円	12,500円	18,500円
	シニア（※2）	8,000円	15,500円	23,000円
初滑り／春スキー	大人	7,500円	14,500円	ー
	中・高校生（※1）	5,500円	10,500円	ー
	シニア（※2）	7,000円	13,500円	ー

※上記は窓口販売料金です。オンライン販売とは料金が異なります。
（※1）中・高校生／学生証の提示が必要です。
（※2）シニア／60歳以上。証明書の提示が必要です。
その他のリフト券：4日以上の日数券、子供券、4時間券、ポイント券、シーズン券、他。
お問合せ：志賀高原索道協会　☎0269-34-2588 URL/www.shigakogen-ski.or.jp

杉山スキー&スノースポーツスクールのレッスンコンセプト

杉山スクールのレッスンメソッドは、オーストリアスキーメソッドとSIAメソッドのエッセンスを融合させ、「自然との対話」をモットーに、健康で安全なスノースポーツを愉しく伝える事を責務としています。
63年続く伝統のレギュラーコースを柱に、多様化するスノースポーツの現状に対応しながら、お客様のニーズに合わせたさまざまなレッスンコースをご用意しております。

●レッスンコースのご案内

すべての方におすすめ。クラス分けによるベーシックなコース

※対象レベルに制限のあるコースもございます。

レギュラー	P.14・15	技術レベルごとにクラス分けを行う、ベーシックなコースです。
目的別集中	P.16・17	コブ特訓や検定対策など、目標達成に向けて集中的に取り組むコースです。
シニア	P.18・19	レギュラーコースの内容を基準とした、50歳以上限定のコースです。
デラックス	P.24・25	レギュラーコースの内容を基準とした、ホテル、ペンションに滞在するコースです。

【入校経験のある方が対象】

ご自身のレベルに合うクラスから教師や内容を選べるコース

奥志賀スペシャル	P.20・21	担当教師や技術レベル、またレッスンのテーマから選べるスペシャリティなコースです。
シニアスペシャル	P.18・19	スペシャルコースの内容を基準とした、50歳以上限定のコースです。
デラックスペシャル	P.24・25	スペシャルコースの内容を基準とした、ホテル、ペンションに滞在するコースです。
ジャイアント・サンバレー	P.28	スペシャルコースの内容を基準とした、ジャイアント・サンバレースキー場で開講するコースです。

【レーシングやバックカントリースキーなど】

志向に合わせてお選びいただけるコース

レーシング	P.26・27	ポール未経験者から本格派まで、充実したプログラムのレーシングコースです。
テレマーク	P.29	ヒールフリースキーを用いてオフピステで、スノースポーツの原点に触れるコースです。
スノースポーツ	P.30	雪質や自然条件に合わせてバックカントリーを体験するコースです。

【小学生・中高生対象】冬休み・春休みに開催のスキーキャンプ

小学生・中学高校生	P.22・23	子供たちに、安全なスキーの基本や、上達の喜びと感動を伝えるコースです。

【 杉山スクール教師と行く遠征ツアー】 志賀高原以外で行うコース

志賀高原以外	P.31	野沢、春の月山でレッスンを行うコースです。

【宿泊なし】半日～1日単位のレッスン

常設スクール	プライベート、グループ、キッズスクールを半日、1日単位で行います。

常設スクールのお申込み・お問合せは、13ページ右下のご案内をご覧ください。
（スギヤマトラベルでのお取扱いはございません。）

初心者・初級者の方へ

杉山スキースクールがベースとする奥志賀高原は、レッスンに最適なゲレンデレイアウト、また、日本屈指の良質な雪に恵まれたスキー場です。さらに、直営宿舎はゲレンデのすぐ側という好立地。
これからスキーを始める方、スキースクールに初めて参加される方も安心してご入校いただけるよう、スクールスタッフが万全のサポート体制でお待ちしております。

初めてご入校を検討いただくお客様へおすすめコースのご紹介

豊富なコースレッスンが特徴の杉山スクール。初めてご入校される方に、おすすめのコースと選び方のポイントをご紹介します。

杉山スクールのレッスンについて

杉山スクールのレッスンは、大きく分けて「宿泊型のコースレッスン」と「常設スクール」があります。当ガイドは宿泊型コースレッスンのパンフレットとなりますので、ここではコースレッスンについてご紹介いたします。

宿泊型コースレッスンの特徴

◇レッスンと宿泊がパックになっているため、個別に宿泊施設の予約をする必要がありません。スクールのお申込みのみでお気軽にご参加いただけます。

◇会期中は、初日から最終日まで同じ教師が担当し計画的にレッスンを展開します。効率的な上達が期待できるのもコースレッスンの魅力です。

◇杉山スクール直営のスポーツハイム奥志賀はコースレッスン入校者のための宿泊施設。スクールスタッフも常駐しておりますので、スキー場での滞在が不慣れな方も安心してご入校いただけます。

※リゾートでの滞在をゆったり楽しみたい方には、ホテルやペンション泊でのコースもあります。

コースレッスンの選び方

さまざまな種類のコースがありますが、実は考え方はシンプルです。レギュラーコースを基本に、年齢や志向に応じたコースバリエーションを設定しています。12ページのレッスンコンセプトと併せてご参照ください。

※コースにより申込資格が異なります。各コースの詳細ページでご確認ください。

初入校の方におすすめのコース

●レギュラーコース

杉山スクール伝統のベーシックなコースです。現地で実際に滑っていただきクラス分けを行いますので、ご自身に最適なクラスでレッスンを受講することができます。初心者・初級者クラスもあります。（詳細14・15ページ）

●大学生コース

大学、短大、専門学校等の学籍をおもちの方が対象の「大学生コース」は、同年代の方とスキーを楽しみたい方のためのコースです。（詳細16・17ページ）

●シニアコース

年齢や体力に不安がある50歳以上の方は、シニアコースがおすすめです。シニアの方のためのレギュラーコースといった位置づけですが、少人数での部屋割り（相部屋利用時）等、シニアコースのみの特別なサービスがあります。（詳細18・19ページ）

●デラックスコース

ホテルやペンションに滞在して、コースレッスンに入校したい方におすすめ。レッスンはレギュラーコースよりややゆっくりのペースで展開されます。少人数制のクラスで「ちょっと贅沢なレギュラーコース」のイメージです。（詳細24・25ページ）

	クラス分け	対象年齢	宿舎
レギュラーコース	あり	12歳以上	スポーツハイム ※一部他宿舎もあり。
大学生コース	あり	学籍をおもちの方	スポーツハイム
シニアコース	あり	50歳以上	スポーツハイム
デラックスコース	あり	20歳以上	ホテル・ペンション

●具体的な目標やご希望のカテゴリーがお決まりの方はこちらのコースも！

【目的別集中コース】

具体的な種目や目標に絞ったレッスンを希望される方におすすめのコースです。技術に特化したレッスンの他、温泉ツアーや写真撮影付といったバリエーションもあります。

【レーシング・テレマーク・スノースポーツ・子供スクール・中学高校生・志賀高原以外】

初入校の方にご参加いただけるコースです。内容は12ページでご確認いただき、各詳細ページをご覧ください。

スペシャルコースはご入校 2 回目以降にご検討ください。

コース名にスペシャルが付いた、○○スペシャル（奥志賀スペシャル、シニアスペシャル、デラックススペシャル等）は、クラス分けがなく、技術レベルに合うクラスをお客様ご自身で選択していただくため、入校経験のある方が対象となります。初回ご入校時に、担当教師からお客様ご自身の技術レベルをお伝えしますので、ご興味がある方は 2 回目以降ご入校の際にご検討ください。（スペシャルコースの日程でしか都合がつかない方は、スキーのご経験等をお伺いしご入校いただける場合もあります。ご相談ください。）

ホームページではチャートや写真を使ったご案内をご用意しております。

チャートに沿って進んでいくとご希望のコースが見つかる
「チャート式オススメコース」

技術レベルごとにレッスン内容を写真付でご紹介する
「レッスン内容の一例」

技術レベルによって受講できるコースが異なります。下記の表を参考に受講コースをお選びください。

●上級A　どこでも美しく力強く滑れる方
I.T.ゴールド73点平均以上
SAJテクニカル・クラウン・正指導員取得程度

●上級B　整地や不整地でも、スピード感、躍動感がある方
I.T.ゴールド
SAJ１級取得程度以上・準指導員取得程度

●上級C　急斜面でショートターンができる。もしくは、不整地やコブを連続してターンができる
I.T.セミゴールド・シニアゴールド
SAJ１級取得程度

●中級A　中斜面で基本的なショートターン、ロングターンができる
I.T.シルバー取得程度以上、SAJ2級取得程度

●中級B　中斜面でパラレルターンができる
技術的には中級Aだが体力に自信がない方
I.T.シルバー取得程度

●中級C　緩斜面でパラレルターンができる
技術的には中級Bだが体力に自信がない方

●初級A　緩斜面でシュテムターン～パラレルターン（スキーのスタンスが平行）ができる

●初級B　今回がスキー経験2回目～プルークボーゲン程度

●初心者　スキー板、スキーブーツを今回初めて履く方

常設スクールについて

常設スクールでは、プライベートレッスンや半日・1日単位のグループレッスン、キッズスクールを開講しております。当ガイドはコースレッスンのパンフレットのため常設スクールの情報を掲載しておりません。下記へお問合せください。

【（12月1日～）スポーツハイム奥志賀】 TEL.0269-34-2551（9:00～16:00）
【（12月19日～）常設受付カウンター】 TEL.0269-34-2090（9:00～16:00）
（スギヤマトラベルでのお取扱いはございません。）

2027年1月末までのレッスンをご希望の方のみ
10月13日より受付いたします。

10月13日～11月30日の期間
TEL. 080-7178-6002
受付時間：平日10:00～16:00（10月13日のみ13:00～16:00 ）

※この電話番号へのお問合せは上記の期間のみとさせていただきます。12月1日以降は、スポーツハイム奥志賀または常設受付カウンターへお問合せください。
※2月1日以降のレッスンをご希望の方は、12月以降にスポーツハイム奥志賀または常設受付カウンターへお問合せください。

◇詳細はホームページをご覧ください。

常設スクールホームページ　キッズスクールホームページ

Regular
レギュラー

初心者から上級者まで参加できるベーシックなコース。

SKI　初心者　初級者　中級者　上級者　中学生以上　奥志賀

※会期によって申込資格が異なります。

【会　　場】奥志賀高原とその周辺のスキー場
【宿　　舎】スポーツハイム奥志賀
〔スキーヤーズベッド・アウトバス・アウトトイレ〕
※一部他宿舎もあり。
コース一覧をご覧ください。(宿舎詳細は8・9ページ)
【最少催行人員】各期2名
【集合受付】スポーツハイムフロント
※開講時間の15分前までに受付をお済ませください。
【開講時間】初日(雪上)　午前開講⇒9:30　午後開講⇒13:30
【閉講時間】最終日(雪上)　午前閉講⇒11:15　午後閉講⇒15:15
※午前、午後の開講・閉講は14・15ページの日程でご確認ください。

初心・初級者の方へお願い

・安心してご参加いただけるようサポートさせていただくため、初心・初級のお客様の宿舎はスポーツハイム限定となります。

レギュラーコース

レベルごとにクラス分けを行う、杉山スクール伝統のベーシックなコースです。12月～5月までシーズンを通して開講します。
(コブ特訓コース・種目別コース・検定コース・温泉ツアーコース・写真撮影付レッスン・大学生コースは、目的別集中コースとして16、17ページに掲載しております。)

レベルごとにクラス分けをいたします。

初心者～上級者までレベルに合ったクラスでレッスンを行いますので、どなたでも安心して受講することができます。
※会期によって対象の技術レベルが異なります。

コースの選択に迷ったらレギュラーへ。

杉山スクールの掲げるメソッドを忠実に行うコースですので、選択に迷ったらレギュラーコースをお選びください。

初めて受講される方も、まずはレギュラーへ。

杉山スクールをまずは知っていただく、慣れていただくためにも、初めての方はレギュラーコースをおすすめしています。

※同世代の方が多いレッスンをご希望の方には、大学生コース(16、17ページ)、50歳以上の方が対象のシニアコース(18、19ページ)もございます。

■レギュラーコース一覧

34ページ、35ページのレッスンカレンダーと併せてご覧ください。会期によっては技術レベルでの申込資格がございます。技術レベルは13ページをご覧ください。

会期	日程	宿舎	会費	会費内訳	定員
1期	初級A以上				
	12月11日(金)PM～12月13日(日)PM	スポーツハイム	46,900	講習2.5日、2泊、2夕食、2朝食	25
	12月12日(土)AM～12月13日(日)PM		30,200	講習2日、1泊、1夕食、1朝食	
2期	初級A以上				
	12月18日(金)PM～12月20日(日)PM	スポーツハイム	46,900	講習2.5日、2泊、2夕食、2朝食	30
	12月19日(土)AM～12月20日(日)PM		30,200	講習2日、1泊、1夕食、1朝食	
3期	初級A以上				
	12月30日(水)PM～1月3日(日)AM	スポーツハイム	82,300	講習4日、4泊、4夕食、4朝食	55
4期	中級C以上				
	1月3日(日)PM～1月4日(月)PM	スポーツハイム	26,000	講習1.5日、1泊、1夕食、1朝食	30
5期	初級A以上				
	1月9日(土)AM～1月11日(月)PM	スポーツハイム	51,400	講習3日、2泊、2夕食、2朝食	45
6期	中級C以上				
	1月12日(火)PM～1月15日(金)AM	スポーツハイム	63,600	講習3日、3泊、3夕食、3朝食	25
		コットンハウス(ツイン)	85,400		
		コットンハウス(シングル)	94,400		
7期	初級A以上				
	1月22日(金)PM～1月24日(日)PM	スポーツハイム	46,900	講習2.5日、2泊、2夕食、2朝食	25
	1月23日(土)AM～1月24日(日)PM		30,200	講習2日、1泊、1夕食、1朝食	
8期	初級A以上				
	1月29日(金)PM～1月31日(日)PM	スポーツハイム	46,900	講習2.5日、2泊、2夕食、2朝食	30
	1月30日(土)AM～1月31日(日)PM		30,200	講習2日、1泊、1夕食、1朝食	

会期	日程	宿舎	会費	会費内訳	定員
9期	初級A以上				
	2月5日(金)PM～2月7日(日)PM	スポーツハイム	46,900	講習2.5日、2泊、2夕食、2朝食	30
	2月6日(土)AM～2月7日(日)PM		30,200	講習2日、1泊、1夕食、1朝食	
10期	初級A以上				
	2月8日(月)PM～2月11日(木)AM	スポーツハイム	63,600	講習3日、3泊、3夕食、3朝食	25
11期	初級A以上				
	2月11日(木)PM～2月14日(日)PM	スポーツハイム	67,600	講習3.5日、3泊、3夕食、3朝食	35
	2月13日(土)AM～2月14日(日)PM		30,200	講習2日、1泊、1夕食、1朝食	
12期	初級A以上				
	2月23日(火)PM～2月26日(金)AM	スポーツハイム	63,600	講習3日、3泊、3夕食、3朝食	25
13期	初級A以上				
	2月27日(土)AM～2月28日(日)PM	スポーツハイム	30,200	講習2日、1泊、1夕食、1朝食	25
14期	中級B以上　※天候等の状況をみて1日竜王ツアーに出かけます(ハイク40分あり)。全額ご入金後、マイページより「ご参加にあたってのご案内」をご確認ください。				
	3月1日(月)PM～3月5日(金)AM	スポーツハイム	82,300	講習4日、4泊、4夕食、4朝食	15
15期	中級C以上　※中級A以上の方は任意で4Sスキー大会(詳細11ページ)の参加が可能です。				
	3月5日(金)PM～3月7日(日)PM	スポーツハイム	46,900	講習2.5日、2泊、2夕食、2朝食	30
	3月6日(土)AM～3月7日(日)PM		30,200	講習2日、1泊、1夕食、1朝食	
16期	初級A以上				
	3月20日(土)AM～3月22日(月)PM	スポーツハイム	51,400	講習3日、2泊、2夕食、2朝食	30
17期	中級C以上				
	3月23日(火)AM～3月25日(木)AM	スポーツハイム	46,900	講習2.5日、2泊、2夕食、2朝食	20
18期	初級A・中級C				
	4月3日(土)AM～4月4日(日)PM	スポーツハイム	28,700	講習2日、1泊、1夕食、1朝食	5
19期	※不整地をパラレルで滑れる方(中級B以上)が対象。湿雪のため午後には不整地やコブになりやすい状況です。				
	4月23日(金)PM～4月25日(日)PM	スポーツハイム	43,900	講習2.5日、2泊、2夕食、2朝食	20
	4月24日(土)AM～4月25日(日)PM		28,700	講習2日、1泊、1夕食、1朝食	
20期	※不整地をパラレルで滑れる方(中級B以上)が対象。湿雪のため午後には不整地やコブになりやすい状況です。				
	4月26日(月)PM～4月28日(水)AM	スポーツハイム	39,500	講習2日、2泊、2夕食、2朝食	15
21期	※不整地をパラレルで滑れる方(中級B以上)が対象。湿雪のため午後には不整地やコブになりやすい状況です。				
	4月29日(木)AM～4月30日(金)PM	スポーツハイム	28,700	講習2日、1泊、1夕食、1朝食	15
22期	※不整地をパラレルで滑れる方(中級B以上)が対象。湿雪のため午後には不整地やコブになりやすい状況です。				
	5月1日(土)AM～5月4日(火)PM	スポーツハイム	65,500	講習4日、3泊、3夕食、3朝食	25

スポーツハイム以外の宿舎にご宿泊の方の集合時間

開講日以外の集合はAM8：45スポーツハイムです。天候不良でリフト運休の際は、シャトルバスをご利用いただき8：45までにスポーツハイムにご集合ください。

初心者・初級者コース

スキーが初めての方およびプルークボーゲンの方を対象としたコースです。スクール直営宿舎の宿泊がパックになったコースレッスンですので、スキー場での滞在が不慣れな方も安心してご入校ください。スクールスタッフが万全のサポート体制でお待ちしております。

【申込資格】初心者、初級B

初心者／スキー板、スキーブーツを今回初めて履く方
（初心者クラスへご入校いただけるのは初回の1回のみです。）

初級B／今回がスキー経験2回目～プルークボーゲン程度

※初級A（緩斜面をシュテムターン～パラレルターン）の方はレギュラーコースへご入校ください。

【宿舎】スポーツハイム奥志賀

会場、集合受付、開講・閉講時間はレギュラーコースに準じます。

【募集定員】初心者、初級者とも各期5名

会期	日程	宿舎	会費	会費内訳
1期	※初心者の方は12/18～ご参加ください。			
	12月18日(金)PM～12月20日(日)PM	スポーツハイム	46,900	講習2.5日、2泊、2夕食、2朝食
	12月19日(土)AM～12月20日(日)PM		30,200	講習2日、1泊、1夕食、1朝食
2期	1月9日(土)AM～1月11日(月)PM	スポーツハイム	51,400	講習3日、2泊、2夕食、2朝食
3期	※初心者の方は1/22～ご参加ください。			
	1月22日(金)PM～1月24日(日)PM	スポーツハイム	46,900	講習2.5日、2泊、2夕食、2朝食
	1月23日(土)AM～1月24日(日)PM		30,200	講習2日、1泊、1夕食、1朝食
4期	※初心者の方は2/5～ご参加ください。			
	2月5日(金)PM～2月7日(日)PM	スポーツハイム	46,900	講習2.5日、2泊、2夕食、2朝食
	2月6日(土)AM～2月7日(日)PM		30,200	講習2日、1泊、1夕食、1朝食
5期	2月20日(土)AM～2月23日(火)AM	スポーツハイム	67,600	講習3.5日、3泊、3夕食、3朝食
	2月20日(土)AM～2月21日(日)PM		30,200	講習2日、1泊、1夕食、1朝食
6期	3月13日(土)AM～3月14日(日)PM	スポーツハイム	30,200	講習2日、1泊、1夕食、1朝食
7期	3月20日(土)AM～3月22日(月)PM	スポーツハイム	51,400	講習3日、2泊、2夕食、2朝食

●リフト券
初心者／必要に応じて現地にてご購入ください。担当教師がご案内いたします。
初級B／18歳～59歳の方は会期によってリフト券パックがご利用いただけます(別途料金)。対象外の会期やリフト券パックを利用されない場合は、ご自身で志賀高原全山共通リフト券のご購入をお願いいたします。60歳以上の方は一般販売のシニア券がお得なためリフト券パックのご用意はございません。

●スキー用具のレンタル
レンタルは予約制です。ご希望の方は開講日の10日前までにご予約ください。(詳細8ページ)

コース共通のご案内

●リフト券パック(スポーツハイム泊対象)

スポーツハイム泊の18歳～59歳の方は会期によってリフト券パックがご利用いただけます(別途料金)。コースレッスンのご予約と併せてお申込みください(リフト券パックを単品でご購入いただくことはできません)。60歳以上の方は一般販売のシニア券がお得なためリフト券パックのご用意はございません。

リフト券パックの
対象コース・料金のご案内

Intensive

目的別集中

目標達成に向けて集中的に取り組むコースです。

SKI　初級者　中級者　上級者　中学生以上　奥志賀

※会期によって申込資格が異なります。

【会　　場】奥志賀高原とその周辺のスキー場
【宿　　舎】スポーツハイム奥志賀
〔スキーヤーズベッド・アウトバス・アウトトイレ〕
※一部他宿舎もあり。
コース一覧をご覧ください。(宿舎詳細は8・9ページ)
【最少催行人員】各期2名(種目別、検定は1種目に付き2名)
【集合受付】スポーツハイムフロント
※開講時間の15分前までに受付をお済ませください。
(コブ特訓5期・6期のみ)
コットンハウスにてご準備いただき、開講時間までに「森の音楽堂」前にご集合ください。
※集合場所については10ページのエリアMAPでご確認ください。
【開講時間】初日(雪上)　午前開講⇒9:30　午後開講⇒13:30
【閉講時間】最終日(雪上)　午前閉講⇒11:15　午後閉講⇒15:15
※午前、午後の開講・閉講は16・17ページの日程でご確認ください。

目的別集中コース

具体的な技術に特化したレッスンから、レギュラーコースを基盤としたベーシックなレッスンまで、さまざまな角度から上達にアプローチします。

■目的別集中コース一覧

■コブ特訓コース

未経験:コブ斜面を滑ったことがない方や、コブに慣れていない方向き。コブの滑り方を基本から学びます。
入門:コブ斜面の経験はあってもなかなか慣れない方向き。基本姿勢、コブ形状の把握、ラインどり等の必要な要素をお伝えします。
チャレンジ:ある程度コブに慣れている方や、ゆっくりなら滑れる方向き。エッジングや切り換え動作を磨きスムーズな連続ターンを目指します。

会期	日程	宿舎	会費	会費内訳	内容	定員
1期	中級A・B					
	1月29日(金)PM～1月31日(日)PM	スポーツハイム	46,900	講習2.5日、2泊、2夕食、2朝食	未経験:簡単な凹凸に慣れよう	7
	1月30日(土)AM～1月31日(日)PM		30,200	講習2日、1泊、1夕食、1朝食		
2期	中級B以上					
	2月5日(金)PM～2月7日(日)PM	スポーツハイム	46,900	講習2.5日、2泊、2夕食、2朝食	入門:基本姿勢／曲げ伸ばしやストックのタイミング	12
	2月6日(土)AM～2月7日(日)PM		30,200	講習2日、1泊、1夕食、1朝食		
3期	中級A以上					
	2月11日(木)PM～2月14日(日)PM	スポーツハイム	67,600	講習3.5日、3泊、3夕食、3朝食	入門:基本姿勢／脚部の捻り操作・足場作り	12
	2月13日(土)AM～2月14日(日)PM		30,200	講習2日、1泊、1夕食、1朝食		
4期	中級A以上					
	3月20日(土)AM～3月22日(月)PM	スポーツハイム	51,400	講習3日、2泊、2夕食、2朝食	チャレンジ:吸収動作(重心移動)と切り換えの一体化	12
5期	中級B以上					
	4月5日(月)PM～4月7日(水)AM	コットンハウス(ツイン)	57,000	講習2日、2泊、2夕食、2朝食	入門:ブレない基本姿勢とラインどり	7
		コットンハウス(シングル)	63,000			
6期	中級A以上					
	4月7日(水)PM～4月9日(金)AM	コットンハウス(ツイン)	57,000	講習2日、2泊、2夕食、2朝食	入門:ブレない基本姿勢とストックワーク	7
		コットンハウス(シングル)	63,000			

■検定コース

会期中に検定を行うコースです。今シーズンは、1泊コースは1回、3泊コースは2回の検定を実施します。(検定は21日と22日を予定。)受検メダルごとのクラス編成です。お申込み時に受検メダルをお選びください。
※検定日は天候等により変更になる場合があります。
※3泊コースの2回目の検定日は、受検する方としない方が分かれたクラス編成になるため、担当教師やクラス編成がそれまでと変わる場合があります。
(3泊コースの2回目の検定代は無料です。)
【検定種類】国際スキー技術検定:ゴールド、セミゴールド、シルバー、セミシルバー　※シニア検定はありません。
杉山オリジナル:プラチナ(ゴールド所持者対象)

会期	日程	宿舎	会費	会費内訳	定員
1期	中級C以上　※メダルごとの募集定員(申込み状況により変更する場合あり)／ゴールド(10名)、セミゴールド(10名)、シルバー・セミシルバー(合わせて6名)、プラチナ(4名)				
	2月20日(土)AM～2月23日(火)AM	スポーツハイム	68,600	講習3.5日、3泊、3夕食、3朝食、検定代1回	30
	2月20日(土)AM～2月21日(日)PM		31,200	講習2日、1泊、1夕食、1朝食、検定代1回	

■スキーインテンシブコース

弱点や課題に対して集中的に取り組む、パーツ練習に重きをおいたレッスンです。パーツ練習の積み重ねは運動を理解するために効果的。スキルアップするための土台を作りましょう。

会期	申込資格	内容	練習の効果がとくに期待できるシチュエーション
1期	中級A以上	【着目ポイント：股関節の内旋・外旋】 股関節の内旋・外旋の運動に着目し、足首、膝、股関節の曲げバランスとポジションの改善を目指します。	主にリズム感とターンコントロール
2期	中級A以上	【着目ポイント：荷重動作】 基本姿勢をもとに荷重動作に着目し、動作タイミングの変化を反復することでスキーのズレ、切れのコントロールを目指します。	主に力強さとターンの切れ

会期	日程	宿舎	会費	会費内訳	定員
1期	1月29日(金)PM～1月31日(日)PM	スポーツハイム	46,900	講習2.5日、2泊、2夕食、2朝食	7
	1月30日(土)AM～1月31日(日)PM		30,200	講習2日、1泊、1夕食、1朝食	
2期	2月27日(土)AM～2月28日(日)PM	スポーツハイム	30,200	講習2日、1泊、1夕食、1朝食	7

■種目別コース

技術種目別のクラス編成で、効率的にレベルアップを目指します。お申込み時に種目をお選びください。

種目	会期	申込資格	内容
オールラウンド	1期・2期	初級A以上	レギュラーコースと同様の内容です。基本姿勢、正しいエッジングやターン技術を習得しましょう。
ショートターン	1期・2期	中級B以上	ショートターンに必要な脚部と上体の逆捻りや脚部の同調操作に重点を置いて滑り込みます。
不整地 (新雪・コブを含む)	1期	中級A以上	主に熊落としコースなど急斜面を使い、安定した滑走と斜度感をつかむコツをお伝えします。
ストックワーク改善	1期	中級B以上	整地（ロング・ショート）から不整地まで、状況に応じた適正なストックワークをマスターし、ターンの質と安定感を大きく向上させましょう。
検定対策	2期	ゴールド・セミゴールド受検希望者(中級B以上)	自信をもって挑めるように、実際の検定斜面でコツをお伝えします。※レッスン内で検定は行いません。受検ご希望の方は現地でお申し付けください(検定代別途)。
コブの基礎	2期	中級B以上	「脚部の捻り操作」「上体のブロッキング」を中心に、コブの基礎を身につけます。

会期	日程	宿舎	会費	会費内訳	定員
1期	1月15日(金)PM～1月17日(日)PM	スポーツハイム	46,900	講習2.5日、2泊、2夕食、2朝食	56
	1月16日(土)AM～1月17日(日)PM		30,200	講習2日、1泊、1夕食、1朝食	
2期	3月12日(金)PM～3月14日(日)PM	スポーツハイム	46,900	講習2.5日、2泊、2夕食、2朝食	56
		奥志賀高原ホテル(ツイン)	81,500		
		奥志賀高原ホテル(シングル)	88,500		
	3月13日(土)AM～3月14日(日)PM	スポーツハイム	30,200	講習2日、1泊、1夕食、1朝食	
		奥志賀高原ホテル(ツイン)	47,500		
		奥志賀高原ホテル(シングル)	51,000		

※種目ごとの募集定員(申込み状況により変更する場合あり)／オールラウンド(各期：25名)、ショートターン(各期：12名)、不整地(1期：12名)、ストックワーク改善(1期：7名)、検定対策(2期：12名)、コブの基礎(2期：7名)

レギュラーコースの内容に温泉や写真撮影をプラス！
レギュラーコースのベーシックなレッスンに、コースによって温泉ツアーや写真撮影がプラスされたプログラムです。※温泉ツアーと写真撮影はそれぞれ別のコースです。

■温泉ツアーコース

2日目以降の午後は、温泉とスキーのどちらかを自由に選べるプランです。温泉希望の方は湯田中、渋などの温泉へ(送迎付・温泉代別途)、スキー希望の方はスキー講習をお楽しみください。(27日の午後は温泉のみの設定です。スキーのレッスンはありません。)

※温泉・スキーのどちらかを選択できる日の午後は、スキーを選択された方のみでのクラス分けになるため、担当教師やクラス編成が午前と変わる場合があります。

会期	日程	宿舎	会費	会費内訳	定員
1期	初級A以上				
	1月25日(月)PM～1月29日(金)AM	スポーツハイム	82,300	講習4日、4泊、4夕食、4朝食	15

■写真撮影付レッスン

写真撮影付のレッスンです。(通常行っているビデオ撮影もあります。)撮影した写真をデータにてお渡しいたします。

会期	日程	宿舎	会費	会費内訳	定員
1期	中級C以上				
	3月15日(月)PM～3月19日(金)AM	スポーツハイム	84,300	講習4日、4泊、4夕食、4朝食	15

大学生のためのコース
通常のレギュラーコース(詳細14・15ページ)にもご参加いただけますが、同年代の方とスキーを楽しみたい大学生や専門学校生の方にはこちらのコースもおすすめです。

■大学生コース

大学、短大、専門学校等の学籍をおもちの方が対象のコース。現地受付時、学生証のご提示をお願いいたします。

※高校生はご参加いただけません。
※参加者の人数が少ない場合があります(最少催行人員2名)。

会期	日程	宿舎	会費	会費内訳	定員
1期	初級B以上				
	2月23日(火)PM～2月26日(金)AM	スポーツハイム	59,100	講習3日、3泊、3夕食、3朝食	15

コース共通のご案内

●**奥志賀高原ホテルの部屋タイプ**(種目別2期)
ツインは本館スタンダードツイン、シングルは本館スタンダードシングルです。

●**スポーツハイム以外の宿舎にご宿泊の方の集合時間**
開講日以外の集合はAM8：45スポーツハイムです。天候不良でリフト運休の際は、シャトルバスをご利用いただき8：45までにスポーツハイムにご集合ください。

●**リフト券パック(スポーツハイム泊対象)**
スポーツハイム泊の18歳～59歳の方は会期によってリフト券パックがご利用いただけます(別途料金)。コースレッスンのご予約と併せてお申込みください(リフト券パックを単品でご購入いただくことはできません)。60歳以上の方は一般販売のシニア券がお得なためリフト券パックのご用意はございません。

リフト券パックの
対象コース・料金のご案内

Senior
シニア

50歳以上限定の初心者から上級者までのコースです。

SKI　初心者　初級者　中級者　上級者　50歳以上　奥志賀

※会期によって申込資格が異なります。

【会　　場】奥志賀高原とその周辺のスキー場
【宿　　舎】スポーツハイム奥志賀
〔スキーヤーズベッド・アウトバス・アウトトイレ〕
※シニアスプリングは他宿舎
コース一覧をご覧ください。(宿舎詳細は8・9ページ)
【最少催行人員】各期2名
※シニアスペシャルコースは教師1名に付き2名
【集合受付】スポーツハイムフロント
※開講時間の15分前までに受付をお済ませください。
(シニアスプリングコースのみ)
各宿舎にてご準備いただき、開講時間までに「森の音楽堂」前にご集合ください。
※集合場所については10ページのエリアMAPでご確認ください。
【開講時間】初日(雪上)13：30
シニアスプリングコースのみ：初日(雪上)14：00
【閉講時間】最終日(雪上) 11：15
シニアスプリングコースのみ：最終日(雪上)11：30

シニアコース技術レベル

- ●上級　急斜面でショートターンができる。もしくは、不整地やコブを連続してターンができる。(I.T.セミゴールド・シニアゴールド・SAJ1級取得程度以上)
- ●中級A　中斜面で基本的なショートターン、ロングターンができる I.T.シルバー取得程度以上、SAJ2級取得程度
- ●中級B　中斜面でパラレルターンができる I.T.シルバー取得程度 技術的には中級Aだが体力に自信がない方
- ●中級C　緩斜面でパラレルターンができる 技術的には中級Bだが体力に自信がない方
- ●初級A　緩斜面でシュテムターン～パラレルターン(スキーのスタンスが平行)ができる
- ●初級B　今回がスキー経験2回目～プルークボーゲン程度
- ●初心者　スキー板、スキーブーツを今回初めて履く方

シニアコース

50歳以上の方が対象のコースです。休憩を取り入れながら無理のないペースでレッスンを行いますので、初めてスキーをされる方や体力に自信のない方も安心してご入校いただけます。

1クラス最大7名の少人数制です。 ※シニアレーシングを除く

お部屋は定員の半分の人数でご利用いただくゆったり部屋割り

相部屋は、部屋定員の半分の人数でご利用いただく部屋割りです。
※1名1室、2名1室でご予約の場合は割増料金を頂戴いたします。予めご了承ください。

時間を気にせずお風呂をご利用いただけます。

シニアコースの期間中、スポーツハイムは、レッスン終了後から翌朝まで、お好きな時間にお風呂に浸かれます。

集合場所は宿舎の目の前。スキーの運搬もいたします。

ゲレンデへスキーインできますが、ご希望の方はゴンドラ乗場(徒歩1分)までスキーをお運びします。
※スポーツハイムに宿泊される方が対象です。シニアレーシング・不整地入門を除く。
※気象条件によりゴンドラの運行が変則になる際には、ご自身で運んでいただく場合があります。

疲労回復やけがの予防のため、ストレッチを行います。

夕食前にストレッチを行います。疲労回復やけがの予防のためにも、スポーツハイム泊の方はぜひご参加ください。(朝のストレッチは実施しません。)

シニアコース

現地でクラス分けを行うベーシックなコースです。初心者～上級者まですべてのレベルの方にご入校いただけます。初めてご参加の方や、久しぶりにスキーをする方も安心してご入校ください。
・4期は70歳以上の方が対象。3名以上のクラスは教師2名でサポートいたします(2名以下のクラスは教師1名です)。
※申込資格は会期によって異なります。

シニアスペシャルコース

各クラスの技術レベルと担当教師が決まっているコースです。中級C以上のクラスは、お申込み時にご自身のレベルに合ったクラスを自己申告で決めていただくため、入校経験のある方が対象です。現地でのクラス分けはありません。教師の判断により指定のクラスを変更していただく場合があります。
※初級B～中級Cクラスは担当教師の指名はありません。(今シーズンは初心者の募集はありません。)
※初入校で中級以上の方は、クラス分けのあるシニアコースをご検討ください。

シニア不整地(コブを含む)入門

中級B以上

コツを覚えて楽しく滑るためのレッスンです。整地で基本を確認しながら、易しいコブ状の地形や、悪条件に変化したゲレンデに挑戦しましょう。

1期・2期

主に易しい非圧雪斜面を中心に行います。(状況に応じてコブを含む。)

3期

主に易しいコブ斜面を中心に行います。(状況に応じて新雪を含む。)
※当日のゲレンデコンディションにより内容が変更になる場合があります。

シニア山スキー入門

中級B以上

「スキーを使っての雪山体験」を初歩から体験し、学ぶことを目的としたコースです。用具の基礎知識からスタートし、雪山の専門知識・技術(初級編)、専門用具の使用方法と技術を無理せずゆっくり身につけましょう。
※山スキーの初心・初級向けの内容です。オフピステの滑走やゲレンデでの滑走トレーニングを目的としたコースではありません。
【申込資格】中級B以上で以下の登山経験がある方
必要な登山経験：標高差500メートル以上、行動時間4時間以上の登山経験(無雪期でも可)
【装備】滑走と登攀両方の性能を有するスキー(ヒールフリービンディングのもの)でご参加ください。シール必携。
・スキー板以外のスキー装備は普段使用しているものでご参加いただけます。
・その他の持ち物は、全額ご入金後にマイページに表示される「ご参加にあたってのご案内」をご覧ください。事前に確認が必要な方はお問合せください。
【レンタル】※ご希望の方は10日前までにご予約ください。
山スキーセット(板・シール2日間15,000円)
シールのみ(2日間5,000円)
山スキーセットの山スキーはフレームツアービンディングのため、アルペンスキーブーツで装着が可能です。ご自身のブーツをお持ちください。
【担当教師】畠山浩一

シニアスプリングコース

中級C以上

シーズンが長い奥志賀ならではの春スキーを満喫！
宿舎はホテルとペンションの設定です。
【申込資格】不整地(コブを含む)をシュテム以上で滑れる方～

シニアレーシングコース

シニア(50歳以上)の方対象のレーシングコースです。
詳細は26・27ページをご覧ください。

■シニアコース一覧

34ページ、35ページのレッスンカレンダーと併せてご覧ください。会期によっては技術レベルでの申込資格がございます。技術レベルは左ページの表をご覧ください。

シニアコース

【申込資格】 50歳以上（4期は70歳以上）
1期・3期＝初級A以上　2期＝初心者～　4期＝中級C以上

会期	日程	宿舎	会費	会費内訳	定員
1期	12月21日(月)PM～12月24日(木)AM	スポーツハイム	64,500	講習3日、3泊、3夕食、3朝食	25
2期	1月18日(月)PM～1月22日(金)AM	スポーツハイム	83,500	講習4日、4泊、4夕食、4朝食	42
	1月18日(月)PM～1月21日(木)AM		64,500	講習3日、3泊、3夕食、3朝食	
3期	2月15日(月)PM～2月19日(金)AM	スポーツハイム	83,500	講習4日、4泊、4夕食、4朝食	28
4期※	3月8日(月)PM～3月12日(金)AM	スポーツハイム	101,100	講習4日、4泊、4夕食、4朝食	20

※4期は70歳以上の方が対象です。クラス分け後、3名以上のクラスは教師2名でサポートいたします。

シニアスペシャルコース

【申込資格】50歳以上／1期・3期＝初級B以上　2期＝中級C以上
【募集定員】各教師1名につき7名（中級Cは7名、初級A・初級Bは各5名）

会期	日程	会費		会費内訳	担当教師
1期	12月14日(月)PM～12月18日(金)AM	中級B以上	90,300	講習4日、4泊、4夕食、4朝食	上級／野田隆弘 中級A以上／塚脇幸子 中級A／宮崎裕佳 中級A・B／春野貞和 中級B／長尾岳人 初級B～中級C／指名なし
		初級B～中級C	83,500		
	12月14日(月)PM～12月17日(木)AM	中級B以上	71,100	講習3日、3泊、3夕食、3朝食	
		初級B～中級C	64,500		
2期	1月5日(火)PM～1月8日(金)AM	中級B以上	71,100	講習3日、3泊、3夕食、3朝食	中級A以上／佐々木光雄 中級A／杉山公信 中級A・B／春野貞和 中級B／宮崎裕佳 中級C／指名なし
		中級C	64,500		
3期	2月1日(月)PM～2月5日(金)AM	中級B以上	90,300	講習4日、4泊、4夕食、4朝食	上級／長尾岳人 中級A以上／中路信雄 中級A／春野貞和・塚脇誠 中級A・B／野田隆弘 中級B／塚脇幸子・佐々木光雄 初級B～中級C／指名なし
		初級B～中級C	83,500		

●お願い　シニアスペシャルコース（中級C以上）は、ご自身の技術レベルに合ったクラスを自己申告で決めていただくため、入校経験のある方を対象にしております。ご自身の技術レベルと異なるクラスへのお申込みはお受けできませんのでご了承ください。ご自身の技術レベルはマイページにてご確認いただけます。マイページをお持ちでなく技術レベルがご不明な方はスキースクールへお問合せください。

シニアコース・シニアスペシャルコースのお知らせ

【水曜日は焼額山スキー場へ！】
今シーズンも引き続き、水曜日を『焼額山スキー場の日』とし、会期中の水曜日の朝、皆様を焼額山スキー場へ送迎いたします。コース整備の行き届いたゲレンデで、気持ちの良い朝の滑走をお楽しみください。※天候により予定が変更または中止となる場合がございます。

【班ごとに会食の場をご用意します】
会期中、班ごとの会食を予定しています（スポーツハイム泊の夕食時１回）。担当教師も同席いたします。
皆様との親睦を深め、楽しい時間をお過ごしください。※食事は通常のメニューです。

シニア不整地（コブを含む）入門

【申込資格】中級B以上（50歳以上）

会期	日程	宿舎	会費	会費内訳	定員
1期	1月25日(月)PM～1月29日(金)AM	スポーツハイム	83,500	講習4日、4泊、4夕食、4朝食	12
2期	2月8日(月)PM～2月11日(木)AM	スポーツハイム	64,500	講習3日、3泊、3夕食、3朝食	12
3期	3月15日(月)PM～3月19日(金)AM	スポーツハイム	83,500	講習4日、4泊、4夕食、4朝食	12

シニア山スキー入門

【申込資格】中級B以上（50歳以上）

会期	日程	宿舎	会費	会費内訳	定員
1期	1月25日(月)PM～1月27日(水)AM	スポーツハイム	43,100	講習2日、2泊、2夕食、2朝食	5

シニアスプリングコース

【申込資格】中級C以上（50歳以上）

会期	日程	宿舎	会費	会費内訳	定員
1期	4月5日(月)PM～4月9日(金)AM	シャレークリスチャニア(ツイン)	99,300	講習4日、4泊、4夕食、4朝食	14
		シャレークリスチャニア(シングル)	110,500		
		奥志賀高原ホテル(ツイン)	126,500		
		奥志賀高原ホテル(シングル)	151,700		
		グランフェニックス(ツイン)	173,300		
		グランフェニックス(シングル)	210,100		
2期	※6部屋限定です。満室になった場合でも募集定員に空きがある場合は「講習のみ（宿泊なし）」のお申込みが可能です。				
	4月12日(月)PM～4月16日(金)AM	シャレークリスチャニア(ツイン)	99,300	講習4日、4泊、4夕食、4朝食	10
		シャレークリスチャニア(シングル)	110,500		

その他のご案内

●**指定宿舎**　シニアスペシャルコースは指定宿舎にご宿泊のみのお取扱いとなります。安心してご参加いただけるようサポートさせていただくため、シニアコースご入校の初心・初級の方も指定宿舎にご宿泊ください。
●**国内旅行保険**　万一の事故に備え傷害や相手方のために、ご自身で国内旅行保険に加入されることをおすすめします。
●**その他の50歳以上の方対象コース**
ジャイアントスペシャルコース1期（詳細28ページ）、野沢コース1期、月山コース2期（詳細31ページ）
●**リフト券パック（スポーツハイム泊対象）**
スポーツハイム泊の18歳～59歳の方は会期によってリフト券パックがご利用いただけます（別途料金）。コースレッスンのご予約と併せてお申込みください（リフト券パックを単品でご購入いただくことはできません）。60歳以上の方は一般販売のシニア券がお得なためリフト券パックのご用意はございません。

リフト券パックの
対象コース・料金のご案内

OKUSHIGA
Special

奥志賀スペシャル

技術レベルに合わせて教師を選べるコースです。

SKI　中級者　上級者　中学生以上　奥志賀

※会期によって申込資格が異なります。

【会　　場】奥志賀高原とその周辺のスキー場
【宿　　舎】スポーツハイム奥志賀
〔スキーヤーズベッド・アウトバス・アウトトイレ〕
※宿舎詳細は8・9ページをご覧ください。
【集合受付】スポーツハイムフロント
※開講時間の15分前までに受付をお済ませください。
【開講時間】初日（雪上）午前開講⇒9：30　午後開講⇒13：30
【閉講時間】最終日（雪上）午前閉講⇒11：15　　午後閉講⇒15：15
※午前、午後の開講・閉講は右記日程でご確認ください。

下記の表を参考に受講コースをお選びください。

- ●上級A　I.T.ゴールド73点平均以上
  SAJテクニカル・クラウン・正指導員取得程度
- ●上級B　I.T.ゴールド
  SAJ１級取得程度以上・準指導員取得程度
- ●上級C　急斜面でショートターンができる。もしくは、不整地やコブを連続してターンができる
  I.T.セミゴールド・シニアゴールド、SAJ1級取得程度
- ●中級A　中斜面で基本的なショートターン、ロングターンができる
  I.T.シルバー取得程度以上、SAJ2級取得程度
- ●中級B　中斜面でパラレルターンができる
  I.T.シルバー取得程度
  技術的には中級Aだが体力に自信がない方
- ●中級C　緩斜面でパラレルターンができる
  技術的には中級Bだが体力に自信がない方
- ●初級A　緩斜面でシュテムターン～パラレルターン（スキーのスタンスが平行）ができる
- ●初級B　今回がスキー経験2回目～プルークボーゲン程度
- ●初心者　スキー板、スキーブーツを今回初めて履く方

奥志賀スペシャルコース

ご自身の技術レベルに合わせて教師（クラス）を選べるコースです。クラス分けがないため、クラスの中でレベル差が生じる場合があります。初入校の方は、クラス分けのあるレギュラーコースへご入校ください。

■奥志賀スペシャルコース一覧

【募集定員】内容の項目に定員の記載がない場合は教師1名に付き7名
【最少催行人員】各教師1名に付き2名

34ページ、35ページのレッスンカレンダーと併せてご覧ください。会期によっては技術レベルでの申込資格がございます。

会期	日程	申込資格	担当教師	会費	会費内訳	内容
1期	12月11日(金)PM～12月13日(日)PM	中級A以上	野田隆弘	52,400	講習2.5日、2泊、2夕食、2朝食	★シークエンス：分析メインの基礎トレーニングⅠ
	12月12日(土)AM～12月13日(日)PM			34,600	講習2日、1泊、1夕食、1朝食	
2期	12月18日(金)PM～12月20日(日)PM	上級A・B・C	ミスターX	52,400	講習2.5日、2泊、2夕食、2朝食	突然上達！「ぶれない基本姿勢と関節の動きを意識しよう」
	12月19日(土)AM～12月20日(日)PM			34,600	講習2日、1泊、1夕食、1朝食	
	同上	中級A以上	塚脇誠	52,400	講習2.5日、2泊、2夕食、2朝食	コンディショントレーニング雪上編A「股関節の使い方≒エッジングの切り換え＆回旋編」（定員9名）
				34,600	講習2日、1泊、1夕食、1朝食	
3期	12月21日(月)PM～12月24日(木)AM	中級A・B	塚脇誠	70,200	講習3日、3泊、3夕食、3朝食	自然環境に応じた「カービングスキーの使い方」
4期	1月3日(日)PM～1月4日(月)PM	上級A・B・C	宮崎裕佳	29,300	講習1.5日、1泊、1夕食、1朝食	斜度、雪質に応じたポジション確認
		中級A・B	塚脇幸子	29,300		滑走環境に適応したアルペン滑走姿勢
5期	1月9日(土)AM～1月11日(月)PM	上級A・B・C	ミスターX	58,000	講習3日、2泊、2夕食、2朝食	突然上達！「“第2”が好きになるロングターンとショートターン」
		中級A以上	野田隆弘	58,000		★シークエンス：分析メインの基礎トレーニングⅡ
6期	1月12日(火)PM～1月15日(金)AM	中級A・B	塚脇誠	70,200	講習3日、3泊、3夕食、3朝食	コンディショントレーニング雪上編B「股関節の使い方≒エッジング操作方法編」（定員9名）
7期	1月22日(金)PM～1月24日(日)PM	中級A以上	長尾岳人	52,400	講習2.5日、2泊、2夕食、2朝食	乗って回すスキー操作／正しく乗る
	1月23日(土)AM～1月24日(日)PM			34,600	講習2日、1泊、1夕食、1朝食	
	同上	中級A・B	佐々木光雄	52,400	講習2.5日、2泊、2夕食、2朝食	急斜面克服／前後左右のバランスコントロール
				34,600	講習2日、1泊、1夕食、1朝食	
8期	2月11日(木)PM～2月14日(日)PM	上級A・B・C	佐々木光雄	75,300	講習3.5日、3泊、3夕食、3朝食	★シークエンス：2つの重心移動を理解し対応力を向上しようⅠ
		中級A以上	野田隆弘	75,300		★シークエンス：分析メインの基礎トレーニングⅢ
9期	2月27日(土)AM～2月28日(日)PM	上級A・B・C	佐々木光雄	34,600	講習2日、1泊、1夕食、1朝食	★シークエンス：2つの重心移動を理解し対応力を向上しようⅡ
		中級A以上	長尾岳人	34,600		乗って回すスキー操作／乗り切って回す
10期	3月5日(金)PM～3月7日(日)PM	上級A・B・C	長谷川勝彦	63,400	講習2.5日、2泊、2夕食、2朝食	SIAトップデモ（ジャムプロスキースクール校長）によるスペシャルレッスン　※7日は4Sスキー大会（詳細11ページ）にご参加いただきます（この日のレッスンはありません）。会費に大会参加費が含まれています。長谷川デモは大会前走・後走を予定。
	3月6日(土)AM～3月7日(日)PM			43,400	講習2日、1泊、1夕食、1朝食	
11期	3月20日(土)AM～3月22日(月)PM	上級A・B・C	長尾岳人	58,000	講習3日、2泊、2夕食、2朝食	乗って回すスキー操作／状況順応
		中級A	ミスターX	58,000		突然上達！「“第2”が好きになるスペースを使ったショートターン」
12期	3月23日(火)AM～3月25日(木)AM	中級A以上	中路信雄	52,400	講習2.5日、2泊、2夕食、2朝食	ミニコブで覚える曲げ切り換え／吸収の場所とタイミング
		中級A・B	塚脇幸子	52,400		オーストリア式ピンポイント技能向上
13期	4月3日(土)AM～4月4日(日)PM	中級B以上	右ページ参照	33,100	講習2日、1泊、1夕食、1朝食	右ページ参照
14期	4月9日(金)PM～4月11日(日)PM	中級B以上	右ページ参照	49,400	講習2.5日、2泊、2夕食、2朝食	右ページ参照
	4月10日(土)AM～4月11日(日)PM			33,100	講習2日、1泊、1夕食、1朝食	

会期	日程	申込資格	担当教師	会費	会費内訳	内容
15期	4月16日(金)PM～4月18日(日)PM	中級B以上	右表参照	49,400	講習2.5日、2泊、2夕食、2朝食	右表参照
	4月17日(土)AM～4月18日(日)PM			33,100	講習2日、1泊、1夕食、1朝食	
16期	4月23日(金)PM～4月25日(日)PM	上級A・B・C	長谷川勝彦	60,400	講習2.5日、2泊、2夕食、2朝食	SIAトップデモ(ジャムプロスキースクール校長)によるスペシャルレッスン
	4月24日(土)AM～4月25日(日)PM			41,900	講習2日、1泊、1夕食、1朝食	
	同上	中級A以上	塚脇誠	49,400	講習2.5日、2泊、2夕食、2朝食	オーストリア式シチュエーションスキーイング(2)(スプリングバージョン:不整地／コブ入門A)
				33,100	講習2日、1泊、1夕食、1朝食	
17期	4月26日(月)PM～4月28日(水)AM	上級A・B・C	森川敬介	43,900	講習2日、2泊、2夕食、2朝食	春雪対応のポジションと滑走のコツ
		中級A・B	塚脇誠	43,900		オーストリア式シチュエーションスキーイング(3)(スプリングバージョン:不整地／コブ入門B)
18期	4月29日(木)AM～4月30日(金)PM	上級A・B・C	中路信雄	33,100	講習2日、1泊、1夕食、1朝食	コブ攻略／ラインの見極めで余裕を得る
		中級A・B	塚脇誠	33,100		オーストリア式シチュエーションスキーイング(4)(スプリングバージョン:不整地／コブ入門B)
19期	5月1日(土)AM～5月4日(火)PM	上級A・B・C	野田隆弘	72,300	講習4日、3泊、3夕食、3朝食	今期のおさらい&来期の課題

シークエンスのレッスン内容

★ シークエンス／テーマごとに順序立て、継続的なスキルアップとイメージの定着に繋がるレッスンを行います。
2回以上受講いただくのが効果的ですが、1会期のみのご参加も可能です。

野田隆弘『分析メインの基礎トレーニング』	
Ⅰ(1期)	姿勢構造アナリシス(外脚と体軸で基本姿勢を整える)
Ⅱ(5期)	動作アナリシス(股関節の動き、重心移動のイメージ化)
Ⅲ(8期)	ターン統合アナリシス(姿勢＋動作で完成形を作る)

佐々木光雄『2つの重心移動を理解し対応力を向上しよう』	
Ⅰ(8期)	クロスオーバーとクロスアンダー
Ⅱ(9期)	斜度・スピードに応じて2つの重心移動を徹底反復

リッチー ベルガースペシャルコース

今シーズンもリッチーが奥志賀にやって来ます。エレガントで正確無比な力強い滑りは健在！
※通訳はありません。リッチーは長年の日本滞在経験から日本語でのレッスンが可能です。

会期	日程	申込資格	会費	会費内訳	定員
1期	3月18日(木)AM～3月19日(金)PM	中級A以上	51,000	講習2日、1泊、1夕食、1朝食	10
2期	3月20日(土)AM～3月22日(月)PM	上級A・B・C	82,500	講習3日、2泊、2夕食、2朝食	10
3期	3月23日(火)AM～3月24日(水)PM	中級A以上	51,000	講習2日、1泊、1夕食、1朝食	10

【最少催行人員】各期5名
【宿舎・集合受付・開講閉講時間】奥志賀スペシャルコースに準じます。
【お申込み】奥志賀スペシャルコースに準じます。(詳細4ページ)

●13期～15期の申込資格と担当教師

会期	申込資格	担当教師	内容
13期	上級A・B・C	中路信雄	コブのリズム「切り換えで荷重を抜かず乗り越えよう」
	上級A・B・C	春野貞和	春雪のサイドカントリーを狙う
	中級A以上	塚脇誠	オーストリア式シチュエーションスキーイング(1)(スプリングバージョン:中上級編)
	中級A以上	佐々木光雄	シーズン仕上げの体軸と正しいポジション「美しく、力強く」
	中級A・B	塚脇幸子	オーストリアメソッドによる春雪の愉しみ方
	中級A・B	宮崎裕佳	春雪のポジション改善ヒント
14期	上級A・B・C	ミスターX	オールラウンド
	上級A・B・C	長尾岳人	コブ克服チャレンジ ※1
	中級A以上	宮崎裕佳	オールラウンド
	中級A以上	中路信雄	コブ克服じっくり ※2
	中級A・B	野田隆弘	オールラウンド
	中級A・B	森川敬介	コブ克服じっくり ※2
15期	上級A・B・C	野田隆弘	オールラウンド
	上級A・B・C	森川敬介	コブ克服チャレンジ ※1
	中級A以上	宮崎裕佳	オールラウンド
	中級A・B	長尾岳人	オールラウンド
	中級A・B	馬場猛	コブ克服じっくり ※2

※1 チャレンジ＝連続したコブを滑り込みたい方のためのクラス。状況に応じて縦のラインどりにも挑戦します。
※2 じっくり＝ベンディング動作やコブ形状の見極め等、コブの基本を学びたい方のためのクラス。

コース共通のご案内

●お願い このコースは、ご自身の技術レベルに合ったクラスを自己申告で決めていただくため、入校経験のある方を対象にしています。ご自身の技術レベルと異なるクラスへのお申込みはお受けできませんのでご了承ください。ご自身の技術レベルはマイページにてご確認いただけます。マイページをお持ちでなく技術レベルがご不明な方はスキースクールへお問合せください。

●指定宿舎 このコースは指定宿舎にご宿泊のみのお取扱いとなります。

●リフト券パック(スポーツハイム泊対象)

スポーツハイム泊の18歳～59歳の方は会期によってリフト券パックがご利用いただけます(別途料金)。コースレッスンのご予約と併せてお申込みください(リフト券パックを単品でご購入いただくことはできません)。60歳以上の方は一般販売のシニア券がお得なためリフト券パックのご用意はございません。

リフト券パックの
対象コース・料金のご案内

Junior

子供・中学高校生

お子様の成長を大自然とともに。

初心者　初級者　中級者　上級者　小学生　中高生　奥志賀

【会　　場】奥志賀高原とその周辺のスキー場
【宿　　舎】スポーツハイム奥志賀
【部屋割り】スキーヤーズベッド男女別相部屋／同室希望のお友達がいらっしゃる場合はお申込み時にお申し出ください。
・相部屋ご利用の保護者の方は、同性のお子様との相部屋になります。
・洋室およびスキーヤーズベッド個室利用（1名1室・2名1室）は保護者の方とお子様でのご利用または保護者の方のみでのご利用とさせていただきます。割増料金は8ページをご参照ください。
【集合受付】スポーツハイムフロント／到着時～13：00
レンタルスキーをご利用の方は12：15までにご集合ください。
【開講時間】初日（雪上）13：30
【解　　散】スポーツハイム／閉講日昼食後13：00

子供スクール

小学生　SKI

●子供スクールの特徴

レベルごとにクラス分けを行います。
初心者～上級者までレベルに合ったクラスでレッスンを行います。

検定を受検できます。
会期中にSIAメダル検定とジュニアI.T.検定を行い、目標をもって楽しく受講することができます。大人の方は希望者のみ（別料金）。

レッスンの様子を動画撮影いたします。
撮影した動画は後日ホームページからダウンロードしてご覧いただけます。（ご参加の方にURLをお知らせいたします。）

保護者の方の付き添い参加が可能です。
お子様おひとりに対し保護者の方（三親等まで）おひとりの大人クラスへのご参加が可能です。

「杉山ジュニアカップ」に参加します。
2期の会期中、「第53回杉山ジュニアカップ」に全員ご参加いただきます。大人の方のご参加は任意ですが、大会開催中のレッスンはありませんので、参加されない方はフリースキーとなります。

子供スクールの1日の流れ

●下記のスケジュールは変更になる場合があります。各会期、ご出発前に行程・もちもの等のご案内をお送りいたします。

初日（開校日）

13:30～15:30	開校式/クラス分け スキーレッスン
	入浴
18:00	夕食 ミーティング
21:00	消灯・就寝（教師見回り）

2日目～5日目

6:50	起床
7:00	朝食→スキーの準備
9:00～11:00	スキーレッスン
11:30	昼食
13:00～15:00	スキーレッスン
	フリースキー（教師引率）/入浴/勉強会
18:00	夕食
	ミーティング・お楽しみ会
21:00	消灯・就寝（教師見回り）

最終日（閉校日）

6:50	起床
7:00	朝食→スキーの準備
9:00～11:00	スキーレッスン 閉校式
11:00	レンタル返却→着替え・荷造り
12:00	昼食→スポーツハイムにて解散

■子供スクール一覧

【最少催行人員】小学生・大人とも各期2名

会期	日程	コース	会費		会費内訳	定員
1期	12月25日（金）PM～12月30日（水）AM ※バスは12月24日（木）夜出発（車中泊）	小学生レギュラー	146,000		講習5日、5泊、5夕食、5朝食、5昼食、リフト代、検定代、メダル代	50
		【バス付】小学生レギュラー	176,000		講習5日、5泊、5夕食、5朝食、5昼食、リフト代、検定代、メダル代、バス代	
		大人（19歳以上）	59歳以下	161,200	講習5日、5泊、5夕食、5朝食、リフト代	4
			60歳以上	155,500		
		【バス付】大人（19歳以上）	上記会費＋30,000		講習5日、5泊、5夕食、5朝食、リフト代、バス代	
	お申込み後、バス付⇒バスなし、バスなし⇒バス付へのご変更はお受けできません。ご変更の際には、一度すべてのご予約を取消後、新たにお申込みをお願いいたします。					
2期	3月26日（金）PM～3月31日（水）AM ※バスは3月25日（木）夜出発（車中泊）	小学生レギュラー	146,000		講習5日、5泊、5夕食、5朝食、5昼食、リフト代、検定代、メダル代	50
		【バス付】小学生レギュラー	176,000		講習5日、5泊、5夕食、5朝食、5昼食、リフト代、検定代、メダル代、バス代	
		大人（19歳以上）	59歳以下	157,400	講習5日、5泊、5夕食、5朝食、リフト代	4
			60歳以上	155,500		
		【バス付】大人（19歳以上）	上記会費＋30,000		講習5日、5泊、5夕食、5朝食、リフト代、バス代	
	お申込み後、バス付⇒バスなし、バスなし⇒バス付へのご変更はお受けできません。ご変更の際には、一度すべてのご予約を取消後、新たにお申込みをお願いいたします。					

※会費に含まれるリフト券は、初日の午前～最終日の午後までご利用いただけます。ご自身でリフト券をご用意される方は、リフト券を外してお申込みいただくことができます。
※小学生・大人では会費に含まれるものが異なります。

【日　　程】左ページ表参照
【申込資格】
- 小学生レギュラー／小学1年生～6年生（初心者～上級者）
  お子様だけでご参加の場合は各自で生活行動のできる方に限らせていただきます。（就学前の児童のご入校はお受けできません。）
- 大人（19歳以上）／初級以上（初心者の募集はありません。）
  お子様1名に付き、保護者の方（三親等まで）1名のお申込みが可能です。中学高校生コースと合同でのクラス分けです。

【レンタル】
レンタルご希望の方は、お申込時にご予約ください。レンタル代は現地払いです。
- スキーセット（板・ブーツ・ストック）

子供料金／初日午後～最終日午前（子供スクール開講中のご利用）＝10,500円
　　初日午前～最終日午後（6日間）＝12,000円
※レンタルのキャンセルは、各開講日の3日前（1期は12/22、2期は3/23）の17：00までにスギヤマトラベルへご連絡ください。それ以降のキャンセルは、杉山スクールの規定によりお受けすることができません。予めご了承ください。
※大人料金は8ページをご覧ください。
【もちもの】もちもの等記載のご案内を各会期のご出発前に送付いたします。
【集合・解散】現地集合・現地解散

東京からの直通バス
東京⇔現地の引率付往復直通バスを運行します。料金は子供・大人とも会費にプラス30,000円（到着日の朝食・昼食付）。満席になりますとご利用いただけませんので、ご希望の方はお早めのお申込みをおすすめいたします。※片道料金はありません。
- ●往路（1期12/24、2期3/25＝運転士2名）⇒22：15東京駅付近出発予定（車中泊）。時間調整しながら開講日の朝7：30スポーツハイム着。
- ●復路（1期12/30、2期3/31）⇒閉講日の19：30東京駅付近到着予定。
- ●バス会社＝長電バス・シーマ観光バス

実際の様子をご覧いただける
「子供スクールホームページ」のご案内
杉山スクールホームページでは、子供スクールの実際の様子を写真や動画でご紹介しております。スキーレッスンのことや生活面のことなど、詳しくご案内しておりますのでぜひご覧ください。

ホームページは
こちらから

中学高校生コース
中高生　SKI

【日　　程】下表参照
【申込資格】中学生・高校生

会期	申込資格
1期	中級C～上級者
2期・5期	初級者～上級者（初心者の募集はありません。）
3期・4期	初心者～上級者

●クラス分け
1期・3期・4期＝中学高校生コースにご参加の方でのクラス分け
2期・5期＝子供スクール「大人19歳以上」と合同でのクラス分け
【レンタル】
レンタルご希望の方は、お申込時にご予約ください。レンタル代は現地払いです。
●スキーセット（板・ブーツ・ストック）
1期・3期・4期＝15,000円　2期・5期＝25,000円
（中学高校生コース開講～閉講までのレンタル料金です。）
【もちもの】もちもの等記載のご案内を各会期のご出発前に送付いたします。
【集合・解散】現地集合・現地解散
【動画の配信】レッスン中に撮影した動画をマイページよりご覧いただけます。
※マイページのご利用には、お申込み前にインターネットでの会員登録が必要です（詳細5ページ）。

東京からの直通バス
2期と5期は、東京⇔現地の引率付往復直通バスを運行します。料金は会費にプラス30,000円（到着日の朝食・昼食付）。満席になりますとご利用いただけませんので、ご希望の方はお早めのお申込みをおすすめいたします。
※片道料金はありません。
- ●往路（2期12/24、5期3/25＝運転士2名）⇒22：15東京駅付近出発予定（車中泊）。時間調整しながら開講日の朝7：30スポーツハイム着。
- ●復路（2期12/30、5期3/31）⇒閉講日の19：30東京駅付近到着予定。
- ●バス会社＝長電バス・シーマ観光バス

中学高校生コースその他のご案内
●部屋割り
スキーヤーズベッド男女別相部屋です。現地で部屋割りいたします。同室希望のお友達がいらっしゃる場合はお申込み時にお申し出ください。個室はご利用いただけません。
●検定
受検ご希望の方は現地でお申込みください（別料金）。
I.T.検定／3,800円～6,000円（メダル代込）、SIAメダル検定／2,800円
●遠足
志賀高原はいくつものスキー場が連なる広大なウィンターリゾートです。1期・3期・4期は、期間中、志賀高原内の他のスキー場へ遠足に出かけます。（悪天候の場合は中止になる場合があります。）
●スキー大会
5期ご入校の方は、会期中に開催する「第53回杉山ジュニアカップ」にご参加いただけます。大会開催中のレッスンはありませんので、参加されない方はフリースキーとなります。

集まれ！ ジュニアレーサー
奥志賀高原スキー場で開催される「4Sスキー大会」（3/7）は、小学生～シニアまでご参加いただけます。みなさまのご参加をお待ちしております。（詳細は11ページをご覧ください。）

■中学高校生コース一覧 【最少催行人員】各期2名

会期	日程	会費		会費内訳	備考	定員
1期	12月22日（火）PM～12月25日（金）AM		86,700	講習3日、3泊、3夕食、3朝食、2昼食、リフト代	遠足時の昼食1回現地払い。リフト券は初日午前～最終日午後までご利用いただけます。リフト券代なしの会費は62,200円	15
2期	12月25日（金）PM～12月30日（水）AM ※バスは12月24日（木）夜出発（車中泊）		141,500	講習5日、5泊、5夕食、5朝食、5昼食、リフト代	リフト券は初日午前～最終日午後までご利用いただけます。リフト券代なしの会費は105,000円	25
		【バス付】	171,500	講習5日、5泊、5夕食、5朝食、5昼食、リフト代、バス代	リフト券は初日午前～最終日午後までご利用いただけます。リフト券代なしの会費は135,000円	
	お申込み後、バス付⇒バスなし、バスなし⇒バス付へのご変更はお受けできません。ご変更の際には、一度すべてのご予約を取消後、新たにお申込みをお願いいたします。					
3期	1月3日（日）PM～1月6日（水）AM		86,700	講習3日、3泊、3夕食、3朝食、2昼食、リフト代	遠足時の昼食1回現地払い。リフト券は初日午前～最終日午後までご利用いただけます。リフト券代なしの会費は62,200円	15
4期	3月23日（火）PM～3月26日（金）AM		86,700	講習3日、3泊、3夕食、3朝食、2昼食、リフト代	遠足時の昼食1回現地払い。リフト券は初日午前～最終日午後までご利用いただけます。リフト券代なしの会費は62,200円	15
5期	3月26日（金）PM～3月31日（水）AM ※バスは3月25日（木）夜出発（車中泊）		141,500	講習5日、5泊、5夕食、5朝食、5昼食、リフト代	リフト券は初日午前～最終日午後までご利用いただけます。リフト券代なしの会費は105,000円	25
		【バス付】	171,500	講習5日、5泊、5夕食、5朝食、5昼食、リフト代、バス代	リフト券は初日午前～最終日午後までご利用いただけます。リフト券代なしの会費は135,000円	
	お申込み後、バス付⇒バスなし、バスなし⇒バス付へのご変更はお受けできません。ご変更の際には、一度すべてのご予約を取消後、新たにお申込みをお願いいたします。					

Deluxe

デラックス

少人数制のゆったりしたレッスンを充実の宿で。

SKI　初心者　初級者　中級者　上級者　20歳以上

奥志賀　ジャイアント

※会期によって申込資格が異なります。

【会　　場】奥志賀高原・ジャイアントとその周辺のスキー場
【宿　　舎】コース一覧参照
【最少催行人員】各期2名
（スペシャルコースは教師1名に付き2名）
【受　　付】各宿舎に荷物お預け等ご準備いただき、開講時間までに集合場所へお集まりください。
【集合場所】奥志賀：「森の音楽堂」前
ジャイアント：ジャイアントリフト乗り場付近
※集合場所については10ページのエリアMAPでご確認ください。
【開講時間】初日（雪上）14：00
【閉講時間】最終日（雪上）11：30

デラックスコース

少人数制のレッスンでゆったり楽しんでいただけるコースです。ホテルやペンションからお好みの宿舎をお選びいただき、充実したスキーライフをお過ごしください。

デラックスコース

現地でクラス分けを行うベーシックなコース。（1クラス最大6名）
20歳以上の方にご入校いただけます。
6会期すべて奥志賀で開講。ジャイアントでの開講はありません。

デラックススペシャルコース

中級A・B　上級者

20歳以上の中級A・B（1期）と中級A以上（2期）の方を対象としたスペシャルコース。教師1名に付き1クラスでの開講です。現地でのクラス分けはありません。初入校の方は、クラス分けのあるデラックスコースへご入校ください。

会期	会場	申込資格・担当教師
1期	ジャイアント	右ページ参照
2期	奥志賀	

グランドシニアコース

中級以上　70歳以上

ゆったりと安全にスキーをお楽しみいただくことが目的です。
体力に自信がない方にもおすすめです。

●グランドシニアコース
70歳以上の方限定。クラス分け後、3名以上のクラスは教師2名でサポートいたします。
【会期】デラックスコース4期
【申込資格】70歳以上で中級C以上の方
【会場】奥志賀高原

その他のご案内

●指定宿舎
デラックススペシャルコースは指定宿舎にご宿泊のみのお取扱いとなります。

●レンタル
各ホテルのレンタルまたは奥志賀センターハウス内のレンタルショップをご利用ください。

●ホテル・ペンション泊のこちらのコースもおすすめです。
デラックスコース以外にも、ホテル・ペンション泊のコースがございます。詳細は各ページをご覧ください。
・レギュラーコース（詳細14・15ページ）
・目的別集中コース（詳細16・17ページ）
・シニアスプリングコース（詳細18・19ページ）

■デラックスコース利用宿舎

※会期により設定宿舎は異なります。宿舎詳細は8・9ページをご覧ください。

奥志賀

【ホテル】奥志賀高原ホテル

【ホテル】ホテル グランフェニックス奥志賀

【ペンション】コットンハウス

奥志賀

【ペンション】白

ジャイアント

【ホテル】ホテルベルグ

■デラックスコース一覧

34ページ、35ページのレッスンカレンダーと併せてご覧ください。会期によっては技術レベルでの申込資格がございます。技術レベルは13ページをご覧ください。

デラックスコース

会期	日程	会場	申込資格	宿舎	会費	会費内訳	定員
1期	1月5日(火)PM～1月8日(金)AM	奥志賀	中級B以上(20歳以上)	奥志賀高原ホテル(ツイン)	107,000	講習3日、3泊、3夕食、3朝食	10
				奥志賀高原ホテル(シングル)	129,200		
				※7部屋限定です。(募集定員内で「講習のみ(宿泊なし)」のお申込みも可能です。)			
2期	1月25日(月)PM～1月29日(金)AM	奥志賀	初心者～(20歳以上)	コットンハウス(ツイン)	115,800	講習4日、4泊、4夕食、4朝食	17
				コットンハウス(シングル)	127,800		
				奥志賀高原ホテル(ツイン)	142,400		
				奥志賀高原ホテル(シングル)	172,000		
3期	2月15日(月)PM～2月19日(金)AM	奥志賀	初級A以上(20歳以上)	白(ツイン)※	97,600～	講習4日、4泊、4夕食、4朝食	17
				白(シングル)※	110,800～		
				奥志賀高原ホテル(ツイン)	142,400		
				奥志賀高原ホテル(シングル)	172,000		
4期	グランドシニアコース 2月23日(火)PM～2月26日(金)AM	奥志賀	70歳以上で中級C以上	コットンハウス(ツイン)	98,700	講習3日、3泊、3夕食、3朝食	12
				コットンハウス(シングル)	107,700		
				奥志賀高原ホテル(ツイン)	118,700		
				奥志賀高原ホテル(シングル)	140,900		
5期	3月2日(火)PM～3月5日(金)AM	奥志賀	中級C以上(20歳以上)	奥志賀高原ホテル(ツイン)	107,000	講習3日、3泊、3夕食、3朝食	10
				奥志賀高原ホテル(シングル)	129,200		
				※5部屋限定です。(募集定員内で「講習のみ(宿泊なし)」のお申込みも可能です。)			
6期	3月31日(水)PM～4月2日(金)AM	奥志賀	初級A以上(20歳以上)	コットンハウス(ツイン)	58,200	講習2日、2泊、2夕食、2朝食	15
				コットンハウス(シングル)	64,200		
				奥志賀高原ホテル(ツイン)	71,400		
				奥志賀高原ホテル(シングル)	86,200		
				グランフェニックス(ツイン)	117,700		
				グランフェニックス(シングル)	147,700		

※ペンション白の部屋は4タイプから選択いただけます。
各部屋の会費はこちらをご覧ください。

デラックススペシャルコース

会期	日程	会場	申込資格	担当教師	宿舎	会費	会費内訳	定員
1期	3月8日(月)PM～3月12日(金)AM	ジャイアント	中級A・B (20歳以上)	宮崎裕佳	ホテルベルグ (2名1室)	110,600	講習4日、4泊、4夕食、4朝食	7
					ホテルベルグ (1名1室)	118,600		
2期	3月31日(水)PM～4月2日(金)AM	奥志賀	中級A以上 (20歳以上)	塚脇誠	コットンハウス(ツイン)	61,600	講習2日、2泊、2夕食、2朝食	7
					コットンハウス(シングル)	67,600		
					奥志賀高原ホテル(ツイン)	74,800		
					奥志賀高原ホテル(シングル)	89,600		
					グランフェニックス(ツイン)	121,100		
					グランフェニックス(シングル)	151,100		

お申込み方法(インターネット)について

インターネットでのお申込み時、お客様のご希望によっては第2(第3)希望の選択をおすすめいたします。以下をご参照ください。(お申込み全体の流れは5～7ページをご覧ください。)

<第2(第3)希望の選択をご活用ください>

当社のお申込みシステムは、宿舎や部屋タイプの残数とは紐づいていないため、レッスンの定員内でお申込みいただいた場合でもご希望の宿舎(部屋タイプ)が満室でお申込み確定とならないことがあります。

◇1コースのお申込みにつき、宿舎・部屋タイプを第3希望まで選択することが可能です。以下のご希望がある場合は、第2、第3希望の選択をご活用ください。お申込みを進めていく過程で選択画面が表示されます。

※第2、第3希望を選択いただけるのはお申込み時のみとなります。お申込み送信後に追加や変更をすることはできません。

・ご希望の宿舎(部屋タイプ)が満室だった場合に、同会期の他の宿舎(部屋タイプ)へのお申込みを希望される場合。

・ご希望の宿舎(部屋タイプ)が満室だった場合に、「講習のみ」(宿泊はご自身で手配)でお申込みを希望される場合。

※スペシャルコースは「講習のみ」の募集はありません。

<ツイン(2名1室)のお申込みについて>

ツインのお申込みは、2名様がそれぞれのマイページよりお申込みいただく必要があります。おひとりで2名様分をお申込みいただくことができません。ご不便おかけいたしますが、何卒ご了承ください。(2名様のお申込みが揃ってからの手配となります。)

◇宿舎、部屋タイプは、ご同室の方と同じ条件でお申込みをお願いいたします。ご希望の条件や希望順(第2、第3希望を選択する場合)をお話合いの上、お申込みください。ご同室者のお申込みと宿舎や部屋タイプが一致しない場合は、どちらのお申込みもお受けすることができません。

◇2名様のうちどちらか一方のお申込みが完了する前に、定員が満員となる場合があります。同室予定の方がお申込みできなかった場合に、1名でもご参加がご希望の方は第2(第3)希望を選択する画面でシングルでのお申込みを選択してください。

Racing
レーシング

ポール入門から本格レーサーまで充実のプログラム。

SKI　中級者　上級者　中学生以上　奥志賀　一の瀬

※会期によって申込資格が異なります。シニアレーシングは50歳以上。

【会　　場】奥志賀高原とその周辺のスキー場
【宿　　舎】スポーツハイム奥志賀
〔スキーヤーズベッド・アウトバス・アウトトイレ〕
4期・7期はホテル大六（一の瀬）
※宿舎詳細は8・9ページをご覧ください。
【最少催行人員】各期4名（1期は2名）
【集合受付】スポーツハイムフロント
※開講時間の15分前までに受付をお済ませください。
※4期・7期（一の瀬）は右記日程でご確認ください。
【開講時間】初日（雪上）午前開講⇒9：30　午後開講⇒13：30
1/9（2期）、3/20（11期）は9:00
1/16（3期）、1/30（5期）、2/6（6期）、2/20（8期）、3/6（9期）、3/13（10期）は8:30
※4期・7期（一の瀬）は右記日程でご確認ください。
【閉講時間】最終日（雪上）午前閉講⇒11：15　午後閉講⇒15：15
※午前、午後の開講・閉講は右記日程でご確認ください。

レーシングコース　　担当教師：塚脇誠

入門～本格派上級コース、シニアレーシングコース等、充実したコース設定。テクニカルプログラムはもちろんのこと、シチュエーションスキーイングなど奥志賀高原のトレーニング環境（自然環境）を最大限に活用し、スキー滑走能力を広げタイムアップを目指します。

■レーシングコース一覧

34ページ、35ページのレッスンカレンダーと併せてご覧ください。会期によっては技術レベルでの申込資格がございます。
技術レベルは13ページをご覧ください。

レーシングコース

4期・7期は一の瀬スキー場でのトレーニングです。集合時間・場所は下記日程でご確認ください。

会期	日程	申込資格	宿舎	会費	会費内訳	内容	定員
1期	12月30日（水）PM～1月3日（日）PM	中級A以上	スポーツハイム	91,300	講習4.5日、4泊、4夕食、4朝食	ターン運動技術向上＆レーシングのためのフリー滑走トレーニング（テクニカルプログラム含む）／状況によりショートポールを用いてポール導入・構築トレーニング（ポール入門者歓迎）	15
2期	1月9日（土）AM～1月11日（月）PM	中級A以上	スポーツハイム	55,600	講習3日、2泊、2夕食、2朝食	GSLポールトレーニング（タイムトライアルトレーニング含む）＆レーシングのためのフリー滑走トレーニング（テクニカルプログラム等）	15
3期	1月15日（金）PM～1月17日（日）PM	中級A以上	スポーツハイム	50,400	講習2.5日、2泊、2夕食、2朝食	SL I（入門①）：ショートターンの質の向上トレーニング＆ SLテクニックの基礎（ショートポール入門）※ネトロンポール使用（ポール入門者歓迎）	15
	1月16日（土）AM～1月17日（日）PM			33,000	講習2日、1泊、1夕食、1朝食		
4期	集合受付／一の瀬ダイヤモンドゲレンデ券売所前：22日＝14:00　23日＝9:00　※宿舎で更衣やお荷物の預かりが可能です。						
	1月22日（金）PM～1月24日（日）PM	中級A以上（ポール経験者推奨）	ホテル大六（相部屋）	61,000	講習2.5日、2泊、2夕食、2朝食	一の瀬コースI：スーパーG（入門）＆GSL（実践）トレーニング	15
			ホテル大六（2名1室）	63,200			
			ホテル大六（1名1室）	65,400			
	1月23日（土）AM～1月24日（日）PM		ホテル大六（相部屋）	39,500	講習2日、1泊、1夕食、1朝食		
			ホテル大六（2名1室）	40,600			
			ホテル大六（1名1室）	41,700			
5期	1月29日（金）PM～1月31日（日）PM	中級A以上	スポーツハイム	50,400	講習2.5日、2泊、2夕食、2朝食	SL II（入門②）：SLテクニックの基礎（ショートポール入門）＆ショートターンの質の向上トレーニング※ネトロンポール使用（ポール入門者歓迎）	15
	1月30日（土）AM～1月31日（日）PM			33,000	講習2日、1泊、1夕食、1朝食		
6期	2月5日（金）PM～2月7日（日）PM	中級A以上（ポール経験者推奨）	スポーツハイム	50,400	講習2.5日、2泊、2夕食、2朝食	SL III（入門③）：SLの基礎から展開（徹底したショートポールトレーニング）	15
	2月6日（土）AM～2月7日（日）PM			33,000	講習2日、1泊、1夕食、1朝食		
7期	集合受付／一の瀬ダイヤモンドゲレンデ券売所前：12日＝14:00　13日＝9:00　※宿舎で更衣やお荷物の預かりが可能です。						
	2月12日（金）PM～2月14日（日）PM	中級A以上（ポール経験者推奨）	ホテル大六（相部屋）	61,000	講習2.5日、2泊、2夕食、2朝食	一の瀬コースII：急斜面含むGSL 実践トレーニング	15
			ホテル大六（2名1室）	63,200			
			ホテル大六（1名1室）	65,400			
	2月13日（土）AM～2月14日（日）PM		ホテル大六（相部屋）	39,500	講習2日、1泊、1夕食、1朝食		
			ホテル大六（2名1室）	40,600			
			ホテル大六（1名1室）	41,700			
8期	2月19日（金）PM～2月21日（日）PM	中級A以上（ポール経験者推奨）	スポーツハイム	50,400	講習2.5日、2泊、2夕食、2朝食	SL IV（展開）：SLの基礎から実践への展開／ロングポールへの対応トレーニング	15
	2月20日（土）AM～2月21日（日）PM			33,000	講習2日、1泊、1夕食、1朝食		

会期	日程	申込資格	宿舎	会費	会費内訳	内容	定員
9期	大会参加コース／ご入校の方は全員「4Sスキー大会」(3/7奥志賀)にご参加いただきます。コースへのお申込みが大会のエントリーとなります。会費に大会参加費が含まれています。 大会の詳細は右記のご案内をご覧ください。						
	3月5日(金)PM～3月7日(日)PM	中級以上	スポーツハイム	50,400	講習2.5日、2泊、2夕食、2朝食	最速の実践・戦術トレーニング(4Sスキー大会対策)	20
	3月6日(土)AM～3月7日(日)PM			33,000	講習2日、1泊、1夕食、1朝食		
10期	3月12日(金)PM～3月14日(日)PM	中級A以上 (ポール経験者推奨)	スポーツハイム	50,400	講習2.5日、2泊、2夕食、2朝食	GSL実践・戦術トレーニング(レース・タイムトライアルトレーニング含む)／2026/27シーズンのまとめ	15
	3月13日(土)AM～3月14日(日)PM			33,000	講習2日、1泊、1夕食、1朝食		
11期	3月20日(土)AM～3月22日(月)PM	中級A以上 (ポール経験者推奨)	スポーツハイム	55,600	講習3日、2泊、2夕食、2朝食	SLV(実践):SLの実践・戦術を展開／SL最速テクニック(タイムトライアルトレーニング含む) GSLの実践・戦術を展開／GSL最速テクニック(タイムトライアルトレーニング含む)	15

シニアレーシングコース

シニア(50歳以上)の方を対象としたレーシングコースです。

50歳以上

会期	日程	申込資格	宿舎	会費	会費内訳	内容	定員
1期	1月18日(月)AM ～1月22日(金)AM	中級B以上(50歳以上)	スポーツハイム	92,500	講習4.5日、4泊、4夕食、4朝食	ポール入門Ⅰ:ポール(旗門)滑走に挑戦！／ポール(ショートポール含む)の滑り方を練習 (ポール入門者歓迎)	10
2期	2月15日(月)AM ～2月19日(金)AM	中級B以上(50歳以上)	スポーツハイム	92,500	講習4.5日、4泊、4夕食、4朝食	ポール入門Ⅱ:ポール(旗門)滑走の基礎から展開／ポール滑走をじっくり体験・練習 (ポール入門者歓迎)	12
3期	3月1日(月)AM ～3月5日(金)AM	中級A以上(50歳以上)	スポーツハイム	92,500	講習4.5日、4泊、4夕食、4朝食	最速への実践・戦術トレーニングを展開(4Sスキー大会対策含む)	15
4期	3月15日(月)AM ～3月19日(金)AM	中級B以上(50歳以上)	スポーツハイム	92,500	講習4.5日、4泊、4夕食、4朝食	26/27シーズンのまとめ&27/28シーズンに向けての第一歩(ポール未使用トレーニング& ピンポイントトレーニング含む) (ポール入門者歓迎)	15

その他のご案内

●ポール経験

レーシング:1期・3期・5期は、ポール入門者向けの展開も含みます。同時に、アルペンスキー運動技術の基礎の再確認にも効果的です。4期・6期・7期・8期・10期・11期はポール経験者推奨のため、ポールが初めての方はこれ以外の会期を受講されてからのご参加をおすすめします。
シニアレーシング:1期・2期は、フリー滑走とポール滑走の基本からじっくり体験・練習できる、ポール入門者向けのプログラムで展開します。

●用　具

レーシングは下記の用具を必ずお持ちください。

6期	SLプロテクター(シンガード)
8期・11期	SLプロテクター(シンガード、パンチガード) ※チンガード付きヘルメットの着用を推奨
4期・7期(一の瀬)	ヘルメット(FIS規格を推奨)

※シンガードは膝・脛、パンチガードは手、チンガードは顔のプロテクターです。
内容に競技種目(SL・GSL等)が明記されていない会期につきましては、トレーニング効果を高めるため可能な限りSL・GSLの競技用具(スキー、ヘルメット、プロテクター類)をご用意ください。
※3期・5期はネトロンポール使用のためプロテクター類は不要です。
※11期の初日(3/20)はGSLを予定しています。

●レンタル

シンガードのレンタル(1,500円／会期中)があります。数に限りがありますのでお申込みの際にご予約ください。パンチガード、チンガードのレンタルはありません。

●トレーニング内容

天候やゲレンデ状況等により、トレーニング内容を変更する場合があります。予めご了承ください。

●小学生のご参加

保護者の方とご一緒にお申込みいただくことを条件に、9期大会参加コース(スポーツハイム泊)のみ小学生のご参加が可能です(講習のみの参加はできません)。子供料金の設定はありませんので予めご了承ください。

●リフト券パック(スポーツハイム泊対象)

スポーツハイム泊の18歳～59歳の方は会期によってリフト券パックがご利用いただけます(別途料金)。コースレッスンのご予約と併せてお申込みください(リフト券パックを単品でご購入いただくことはできません)。60歳以上の方は一般販売のシニア券がお得なためリフト券パックのご用意はございません。

リフト券パックの
対象コース・料金のご案内

今シーズンのポイント

今シーズンは「ポールを使わないフリー滑走トレーニング」にも重点を置き、基本的なターン運動技術の再確認・質の向上を目指します。具体的には、志賀高原の自然環境を有効活用したオーストリア秘伝のテクニカルプログラム等のトレーニングで、より困難な環境での最適な滑走を具現させていきます。

杉山スキー＆スノースポーツスクール主催
第51回 4Sスキー大会

GSL競技と技術コンテストの2種目を開催！
レーサーも基礎スキーヤーも、大人もお子さまも！
お気軽にご参加ください。

【開催日】　3月7日(日)

【受付時間・場所】
AM8:45
奥志賀高原スキー場第4ゲレンデのゴール付近にお越しください。

【種　目】　①GSL(大回転)
②技術コンテスト(総合滑降)

【競技会場】奥志賀高原スキー場第4ゲレンデ
(②のC、D、E、F、Gクラスは熊落としコース)

【参加資格】杉山スクールにご入校経験のある小学1年生以上の男女(中級A以上)
※ヘルメットを必ず着用してください。

【クラス】　A:小学1～3年　B:小学4～6年
C:中学・高校生　D:19～35歳
E:36～49歳　F:50～59歳
G:60～69歳　H:70～79歳
I:80歳以上

【参加費】　6,000円(保険代込)
※レギュラー15期・奥志賀スペシャル10期・レーシング9期は、会費に大会参加費が含まれています。

【競技方法】①(GSL):2本の合計タイム
②(総合滑降):ジャッジによる採点
※①+②の総合順位と①②それぞれの種目ごとの順位を決定。

【表　　彰】各組男女別総合順位(GSL+コンテスト)のみ

【申込締切】3月3日(水)

【お申込み】スギヤマトラベル　☎03-3562-5988
(インターネット申込み)
https://sugiyama-travel.com/
競技方法等のお問合せは、
杉山スクール(スポーツハイム奥志賀内)
☎0269-34-2551

Giant・Sunvalley

ジャイアント・サンバレー

温泉付きのお宿でアフタースキーも満喫。

ジャイアントスペシャル

【会　　場】ジャイアント、西館山、ブナ平、東館山とその周辺のスキー場
【宿　　舎】ホテルベルグ[和室]
ホテルアルペンブルク[洋室・バストイレ付]
※宿舎詳細は8・9ページをご覧ください。
【最少催行人員】各期2名
【集合受付】各宿舎に荷物お預け等ご準備いただき、開講時間までにジャイアントリフト乗り場横リフト券売所前へお集まりください。
【開講時間】初日(雪上)13:30
【閉講時間】最終日(雪上)11:15

サンバレースペシャル

【会　　場】サンバレー、丸池、蓮池とその周辺のスキー場
【宿　　舎】志賀高原の家 グリーン[和室・洗面、トイレ付]
【最少催行人員】2名
【集合受付】宿舎に荷物お預け等ご準備いただき、開講時間までに法坂第1クワッド乗場横リフト券売所付近にお集りください。
【開講時間】初日(雪上)13:30
【閉講時間】最終日(雪上)11:15

ジャイアントスペシャル

SKI　中級者　上級者　50歳以上　中学生以上　ジャイアント

※会期によって申込資格が異なります。

会期	日程	申込資格	担当教師	宿舎	会費	会費内訳	内容	定員
1期	1月18日(月)PM～1月22日(金)AM	中級A以上(50歳以上)	杉山公信	アルペンブルク(ツイン)	115,000	講習4日、4泊、4夕食、4朝食	さまざまなシチュエーションをたくさん滑る	最大9
				アルペンブルク(シングル)	127,000			
				※デラックスツインはツイン・シングルともに上記会費+4,000円。ダブルルーム(シングルユース)は123,000円 ※7部屋限定です。満室になった場合は募集定員に達する前でも受付終了となります。予めご了承ください。				
2期	2月8日(月)PM～2月11日(木)AM	上級A・B・C	森川敬介	ホテルベルグ(2名1室)	85,500	講習3日、3泊、3夕食、3朝食	急斜面攻略の基礎	8
				ホテルベルグ(1名1室)	91,500			

■2026／2027シーズンは、テクニカルアドバイザーコース(TA斉藤)の開講はありません。

サンバレースペシャル

SKI　中級者　上級者　中学生以上　サンバレー

会期	日程	申込資格	担当教師	宿舎	会費	会費内訳	内容	定員
1期	3月15日(月)PM～3月18日(木)AM	中級B以上	中路信雄	グリーン(2名1室)	84,500	講習3日、3泊、3夕食、3朝食	志賀高原巡り	最大8
				グリーン(1名1室)	93,500			
				※6部屋限定です。満室になった場合は募集定員に達する前でも受付終了となります。予めご了承ください。				

コース共通のご案内

●**お願い**　このコースは、ご自身の技術レベルに合ったクラスを自己申告で決めていただくため、入校経験のある方を対象にしています。ご自身の技術レベルと異なるクラスへのお申込みはお受けできませんのでご了承ください。ご自身の技術レベルはマイページにてご確認いただけます。マイページをお持ちでなく技術レベルがご不明な方はスキースクールへお問合せください。

●**指定宿舎**　このコースは指定宿舎にご宿泊のみのお取扱いとなります。

Telemark ski

テレマーク

中学生以上　レンタルあり　奥志賀

※テレマークが初めての方は、アルペンスキーでシュテム以上の技術のある方とさせていただきます。

【会　　場】奥志賀高原、他
【宿　　舎】スポーツハイム奥志賀
〔スキーヤーズベッド・アウトバス・アウトトイレ〕
※宿舎詳細は8・9ページをご覧ください。
【集合受付】スポーツハイムフロント
※開講時間の15分前までに受付をお済ませください。
※ツアーは別途各現地にて。
【開講時間】初日（宿舎スキーロッカー）9：30
※レンタルご利用の方は、事前に受付・更衣を済ませて開講30分前にスキーロッカーへご集合ください。
※ツアーは別途各現地にて。
【閉講時間】最終日（雪上）午前閉講⇒11：30　午後閉講⇒15：30
※午前、午後の開講は右記日程でご確認ください。
※ツアーは別途各現地にて。

Photo By MasatoUmemoto

ヒールフリーのテレマークスキーは、いろいろな斜面や雪質を楽しむスノースポーツの原点ともいえるスキーです。スキー経験や目的に合わせてご参加いただけます。

テレマークコース

ヒールフリーのテレマーク用具を使い、経験別にクラス分けを行います。初級者は、連続して回転できるよう滑走技術を、中～上級者は、あらゆる斜面や雪質にも対応できるよう運動を洗練させて、安全で自在な技術の習得を目指します。また、テレマーク経験の浅い方にも、オフピステの滑走を体験していただきます。オフピステでのパウダーが楽しめる確率が極めて高い奥志賀ならではのコースです。スノースポーツの原点にふれ、雪を堪能してください。

【担当教師】山本直樹、渋澤晴文、山本小太郎、笹目達也、他
【最少催行人員】各期2名

山田誠司とパウダー

山田氏が担当する中級以上の方対象（1クラス）のレッスンです。基礎技術習得のピステ講習とパウダーのバックカントリーで2日間たっぷり滑りましょう。
※シール必携

山田クラスは日曜日午後アルペンスキーの時間を予定しています。お持ちの方はアルペンスキーまたは山スキー用具もご持参ください。

【会　　期】2期
【担当教師】山田誠司（中級以上）、山本直樹、他（初級・初心者）
【最少催行人員】5名

ツアー

中級以上

標高の高い横手渋峠エリアで春のオフピステを楽しむワンデイツアーです（シールでのハイクアップあり）。天候や積雪状況が良好な場合は山田峠へも足を延ばします。詳細はスノースポーツ体験（30ページ）のご案内をご覧ください。

【最少催行人員】各期4名

その他のご案内

●**オフピステツアー**　中級以上の方は、新雪、深雪、湿雪、ザラメ、悪雪、クラスト、あらゆる状況に対応できるテレマーカーを目指して、全会期なるべくオフピステツアーを行います。シールをお持ちの方はご持参ください。天候により内容を変更する場合があります。
●**レンタル**　ご希望の方は事前にサイズ（身長・足）をお知らせの上、ご予約ください。（セット2日間6,000円、2.5日間7,500円）
ブーツレンタルの方で、アルペンスキーのインナーブーツをお持ちの方はご持参ください。初心者の方もレンタルは有料です。
●**服装**　持ち物等、ご不明な点がございましたらお気軽にお問合せください。
●**リフト券パック（スポーツハイム泊対象）**
スポーツハイム泊の18歳～59歳の方は会期によってリフト券パックがご利用いただけます（別途料金）。コースレッスンのご予約と併せてお申込みください（リフト券パックを単品でご購入いただくことはできません）。60歳以上の方は一般販売のシニア券がお得なためリフト券パックのご用意はございません。

リフト券パックの対象コース・料金のご案内

●テレマークスキー技術レベル

初心者	アルペンスキーでシュテム以上の技術のある方で、テレマークスキーを全く初めて経験する方
中級者	いろいろな雪質で緩～中斜面をテレマークターンで滑れる方

会期	日程	申込資格	会費	会費内訳	内容	定員
1期	1月9日（土）AM～1月11日（月）AM	初心者～上級者	48,300	講習2.5日、2泊、2夕食、2朝食	基礎～パウダーまで	10
2期	1月30日（土）AM～1月31日（日）PM	初心者～上級者	33,600	講習2日、1泊、1夕食、1朝食	中級者以上は担当 山田誠司	20
3期	2月13日（土）AM～2月14日（日）PM	初心者～上級者	31,300	講習2日、1泊、1夕食、1朝食	基礎～パウダーまで	10
4期	2月27日（土）AM～2月28日（日）PM	初心者～上級者	31,300	講習2日、1泊、1夕食、1朝食	基礎～パウダーまで	10
5期	3月6日（土）AM～3月7日（日）PM	初心者～上級者	31,300	講習2日、1泊、1夕食、1朝食	基礎～バックカントリー	10
6期	3月20日（土）AM～3月22日（月）AM	初心者～上級者	48,300	講習2.5日、2泊、2夕食、2朝食	アウトドアランチ（3/21）	10

ツアー

※スノースポーツ体験（30ページ）と合同でのツアーです。インターネットでお申込みの際は、「スノースポーツ体験」からお申込みください。
テレマークでご参加の方の申込み資格は中級以上となります。教師2名でサポートいたします。

コース	日程	担当教師	申込資格	会費	会費内訳	定員
横手・渋峠エリアツアー1期	4月3日（土）	山本直樹、他	中級以上	9,500	講習1日	10
横手・渋峠エリアツアー2期	4月4日（日）	山本直樹、他	中級以上	9,500	講習1日	10

Snow Sports
スノースポーツ体験

SKI　中級者　上級者　中学生以上　レンタルあり　奥志賀　その他

※会期によって申込資格が異なります。

【会　　場】奥志賀高原、志賀高原全般、他
【宿　　舎】スポーツハイム奥志賀
〔スキーヤーズベッド・アウトバス・アウトトイレ〕
※宿舎詳細は8・9ページをご覧ください。
※ツアーは日帰りになります。
【集合受付】スポーツハイムフロント
※開講時間の15分前までに受付をお済ませください。
※ツアーは別途各現地にて。
【開講時間】初日（雪上）9：30
※ツアーは別途各現地にて。
【閉講時間】最終日（雪上）15：15
※ツアーは別途各現地にて。

最近注目されている「バックカントリー」。興味はあるのに技術面や用具の使い方が不安でなかなか踏み出せずにいる方も多いのでは？このコースでは、バックカントリーの入門編から実際のツアーまで、経験に応じたプログラムをご用意しております。

バックカントリー体験

当日のコンディションに合わせてバックカントリーの醍醐味を体験します。登りはリフトを利用したプチバックカントリーです（場所によりハイクアップでの移動があります）。積雪状況によってはバックカントリーを想定したゲレンデレッスンとなります。

【種　　目】アルペンスキー（ヘルメット必携）
【申込資格】1期・3期＝中級A・B　2期・4期＝中級A以上
【定　　員】1期～3期＝5名　4期＝8名
※4期は教師2名で担当いたします。
【最少催行人員】1期～3期＝2名　4期＝3名
【レンタル】ファットスキー板（2日間10,000円）
BCポール（2日間3,000円）
※ご希望の方は10日前までにご予約ください。

会期	日程	会費	会費内訳
1期	1月23日（土）AM～1月24日（日）PM	31,300	講習2日、1泊、1夕食、1朝食
2期	2月6日（土）AM～2月7日（日）PM	31,300	講習2日、1泊、1夕食、1朝食
3期	2月20日（土）AM～2月21日（日）PM	31,300	講習2日、1泊、1夕食、1朝食
4期	3月13日（土）AM～3月14日（日）PM	31,300	講習2日、1泊、1夕食、1朝食

※スポーツハイム泊の18歳～59歳の方は会期によってリフト券パックがご利用いただけます（別途料金）。コースレッスンのご予約と併せてお申込みください（リフト券パックを単品でご購入いただくことはできません）。60歳以上の方は一般販売のシニア券がお得なためリフト券パックのご用意はございません。

リフト券パックの
対象コース・料金のご案内

山スキー入門講座

山岳スキー入門者のための基礎講座。冬山の基礎知識、用具の使い方、歩き方を学んだら、いよいよ実際に滑走しましょう。

【種　　目】山スキー（シール必携）
【申込資格】中級A以上（未経験者）で体力に自信のある方
（ハイクアップあり）
※未経験者＝シール等の登攀用具を使って、登ったり歩いたりしたことのない方
【定　　員】5名
【最少催行人員】2名
【担当教師】畠山浩一
【レンタル】山スキーセット（板・シール2日間15,000円）
シールのみ（2日間5,000円）
山スキーセットの山スキーはフレームツアービンディングのため、アルペンスキーブーツで装着が可能です。ご自身のブーツをお持ちください。
※ご希望の方は10日前までにご予約ください。

会期	日程	会費	会費内訳
1期	2月6日（土）AM～2月7日（日）PM	31,300	講習2日、1泊、1夕食、1朝食

横手・渋峠エリアツアー

残雪の少ないシーズンでもバックカントリーに期待ができる、標高の高いエリアのツアーです。樹林帯の中を滑走したり、天候や雪の状況によっては山田峠まで足を延ばしたり、春のオフピステを楽しみます。1期と2期では異なるツアーコースへご案内いたします。

【種　　目】ヒールフリースキー（山スキー・テレマークスキー等）※シール必携
※必ずご自身の用具でご参加ください。
【申込資格】中級A以上
【定　　員】各期10名
【最少催行人員】各期4名
【担当教師】山本直樹、他
※どちらの会期も教師2名で担当いたします。

会期	日程	会費	会費内訳
1期	4月3日（土）	9,500	講習1日
2期	4月4日（日）	9,500	講習1日

その他のご案内

●装備・持ち物
全額ご入金後、マイページに表示される「ご参加にあたってのご案内」をご覧いただき、装備や持ち物のご用意をお願いいたします。事前に確認が必要な方はお問合せください。

●シニアのための山スキー入門
50歳以上の方が対象の「シニア山スキー入門」は、シニアコース（詳細18・19ページ）をご覧ください。

Other

志賀高原以外

SKI　中級者　上級者　中学生以上　50歳以上　その他

※会期によって申込資格が異なります。

野沢

【会　　場】野沢温泉スキー場
【集 合 受 付】ガストホフ・シーハイル／13:00
スキーの準備を済ませてご集合ください。
宿舎出発13:00(開講は13:30)
【解散(最終日)】15:30
【最少催行人員】4名

月山

【会　　場】月山スキー場
【集 合 (初 日)】リフト乗り場付近
午前開講／3期(5/15)⇒9:30
午後開講／1期・2期・3期(5/14)⇒14:00
【解散(最終日)】午前閉講／1期・2期⇒11:30
午後閉講／3期⇒15:30
【最少催行人員】各期4名

杉山スクールの教師と一緒に、志賀高原以外のエリアにも出かけてみませんか？野沢の温泉、月山のオフピステ、ゲレンデの違いはもちろん、その土地ならではの景観や食事も楽しみのひとつです。

野沢(長野県)

多くの名選手を輩出したスキー場としても知られている野沢温泉。宿舎は温泉街の中心にあり、外湯やお食事、お買物、アフタースキーのお楽しみも満載です。
[宿舎]ガストホフ・シーハイル(洋室・バストイレ付)　☎0269-85-4624　〒389-2502 長野県下高井郡野沢温泉村豊郷9258-8

【1期(シニア)】
50歳以上の方が対象のコースです。変化に富んだいろいろな斜面やコースを滑りましょう。夕食は街の中で外食をお楽しみください。外湯(温泉)巡りも野沢ならではのお楽しみです。

会期	日程	申込資格	会費	会費内訳	定員
1期 シニア	3月8日(月)PM ～3月11日(木)PM	中級B以上 (50歳以上)	(ツイン)　67,800	講習3.5日、3泊、3朝食 (夕食なし)	7
			(シングル)　73,800		

月山(山形県)

下界で春スキーを楽しむ4月初旬が月山スキー場のシーズン始まり。7月まで滑走可能な月山で、オフピステ、コブとシーズン最後の集大成を。
2月下旬に月山の情報をホームページでご案内予定です。
【申込受付開始日】2027年3月3日(水)　開始時間は、2月下旬にホームページでお知らせします。

1期／宿泊付

えびすや旅館(志津温泉)の宿泊がパックになったコースです。
[宿舎]えびすや旅館(和室・アウトバス・アウトトイレ)　☎0237-75-2021　〒990-0734 山形県西村山郡西川町大字志津2

会期	日程	担当教師	申込資格	会費	会費内訳	内容	定員
1期	4月19日(月)PM～4月22日(木)AM	中路信雄	中級B以上	(相部屋・2名1室)　71,000	講習3日、3泊、3夕食、3朝食	月山の自然地形と春雪を楽しむ	8
				(1名1室)　81,000			

●**部屋タイプ**　男女別相部屋ですが、先着2部屋限定で個室利用が可能です。
●**山形駅⇔宿舎の送迎**　初日(4/19)は山形駅⇒宿舎、最終日(4/22)は宿舎⇒山形駅の送迎があります。(予約制)
●**宿舎⇔月山(姥沢)の送迎**　レッスン開始時間と終了時間に合わせて、宿舎⇔姥沢の送迎があります。(予約不要)
※送迎はスクールスタッフが行います。時間の指定はできませんので予めご了承ください。

2期・3期／宿泊なし

講習のみの設定です。宿泊パックのお取扱いはありません。宿泊はご自身で御手配をお願いいたします。2期は50歳以上の方が対象です。

会期	日程	担当教師	申込資格	会費	会費内訳	内容	定員
2期 シニア	5月10日(月)PM～5月13日(木)AM	中路信雄	中級B以上 (50歳以上)	27,000	講習3日	雄大な斜面を楽しみ、簡単な凹凸も滑る	8
3期	5月14日(金)PM～5月16日(日)PM	杉山公信 中路信雄	中級A以上	22,500	講習2.5日	さまざまなコブ斜面で対応力向上！	12
	5月15日(土)AM～5月16日(日)PM			18,000	講習2日		

●**送迎**　会期中は毎日、集合・解散時間に合わせて山形駅⇔月山(姥沢)の送迎があります。途中、志津温泉での乗降も可能です。(予約制)
※送迎はスクールスタッフが行います。時間の指定はできませんので予めご了承ください。

小澤征爾さんと奥志賀高原

スキーと奥志賀高原が大好きだった小澤征爾さんは、2024年2月にお亡くなりになりました。その前年に両親と共にお見舞に伺った際に父、杉山進（故人）より「小澤さん、元気になってもう一度奥志賀で一緒に滑りましょう」にうなずいて返答されていました。今二人一緒にスキーを楽しんでいる事は間違いないと思います。

1981年、当時小学生の長女、征良（せいら）さんの通っていた成城学園のスキー教室が奥志賀高原ロッジ（現センターハウス）で行われ、それを見学に訪れたのが、小澤さんと奥志賀とのきっかけと聞いています。その後、奥志賀に別荘を持ち、頻繁に家族でスキーに訪れていた小澤さんは、父をはじめ多くの世代の近い地元住民と“山の仲間”となり、1986年から「森の音楽会」を毎年開催され、現在にいたっております。

その後、「クヮルテットは、ソロとオーケストラを問わず、弦楽器奏者のすべての基本。だから、世界に通用する弦楽器奏者を育てるには、トップレベルの指導者による集中的なクヮルテットの実習が欠かせない」という信念のもと、クヮルテットの勉強会をスポーツハイム奥志賀泊で始められました。それからすでに30年の時が経ちました。

小澤さんが全幅の信頼を寄せる世界トップレベルの講師陣が約10日間指導する森の音楽堂での音楽会は、夏の奥志賀高原の風物詩となりました。勉強会の受講生は毎年厳しいオーディションを経た約24名。その受講料、宿泊食費、交通費は全て小澤さんが設立した特定非営利活動法人「小澤国際室内楽アカデミー奥志賀」の財源により運営されております。

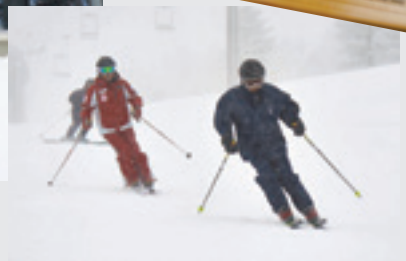
スポーツハイム奥志賀、ホテル グランフェニックス奥志賀、（株）奥志賀高原リゾートは、コーポレートスポンサー（法人／50万円）として、またフレンド会員（個人／5,000円）として奥志賀を愛する多くの方に小澤国際室内楽アカデミー奥志賀を協賛いただいています。小澤さんの強い思いから生まれたこの活動を続けるためには、より多くの方からの会員サポートが必要となります。ぜひ、皆様のご協力をお願い申し上げます。

杉山スキー＆スノースポーツスクール　校長
小澤国際室内楽アカデミー奥志賀　理事
杉山公信

小澤国際室内楽アカデミー奥志賀
ホームページ
https://ozawa-academy.com/

レストラン サンクリストフ

小澤征爾氏と杉山進



奥志賀常会メンバー

国内募集型企画旅行条件書

この旅行は、株式会社スギヤマトラベルが企画して実施するものであり、この旅行に参加されるお客様は 当社と募集型企画旅行 契約 （以下「契約」といいます）を締結 する ことになります。この旅行条件書は、パンフレットとともに、旅行業法第 12 条の 4 で定める「取引条件説明書面」およ び同法第 12 条の 5 で定める「契約書面」の一部です。お申込みの際には必ず事前にご確認のうえお申込みください。

1. 旅行のお申込みとお支払い方法

(1) 所定の申込書に所定事項を記入のうえ、申込金10,000円を添えてお申込みいただきます。申込金は、旅行代金または取消料もしくは違約金のそれぞれ一部または全部として取扱います。
(2) 当社は、電話、インターネットの通信手段による契約の予約を受付けます。電話でのお申込みは申込書記入上の所定事項を伺い、インターネットでのお申込みは当社サイトに所定事項を記入していただきます。この場合、予約の時点では契約は成立しておらず、お客様は当社が予約を承諾した日の翌日から起算して10日以内（旅行開始日の前日から起算してさかのぼって30日前以降のお申込みは当社の指定期日まで）に申込金（または全額）のお支払いをお願いいたします。この期間内に申込金のお支払いがない場合は、予約がなかったものとして取扱います。
(3) インターネットによるお申込みを除きクレジットカードはご利用いただけません。ご来店でのお申込みは現金でのお支払い、電話によるお申込みは当社指定の口座にお振込みください（振込手数料はお客様負担となります）。

2. 契約の成立時期

(1) お客様との契約は、当社が契約の締結を承諾し、申込金を受理した時に成立します。
①ご来店での予約は、当社が契約の締結を承諾し、当社が申込金を受理した時。
②電話、インターネットでの通信手段による契約の予約の場合は、当社が予約の承諾の旨を通知し、当社の指定期日までに当社がお客様から申込金を受理した時。
(2) インターネットによるお申込みは、クレジットカード決済をご利用いただけます。ご希望されるお客様については通信契約が適用され、第3項の定めにより契約が成立するものといたします。

3. 通信契約による旅行条件

当社は、当社が提携するクレジットカード会社（以下「提携会社」といいます。）のカード会員（以下「会員」といいます。）より「会員の署名なくして旅行代金や取消料等の支払いを受ける」こと（以下「通信契約」といいます。）を条件に旅行のお申込みを受ける場合があります。
(1) 通信契約での「カード利用日」とは、会員および当社が旅行契約に基づく旅行代金の支払いまたは払戻債務を履行すべき日をいいます。
(2) お申込みに際し、「会員番号（クレジットカード番号）」、「カード有効期限」等を当社に通知していただきます。
(3) 当社は提携会社のカードにより所定の伝票への会員の署名なくして当社の契約に基づく旅行代金または「第9項に定める取消料」の支払いを受けます。この場合、旅行代金のカード利用日は「契約成立日」とします。
(4) 契約解除のお申し出があった場合、当社は旅行代金から取消料を差し引いた額を提携会社のカード会員規約に従って払戻します。

4. お申込み条件

(1) 参加にあたっての特別の条件（申込資格）を定めたコースについては、年齢（学年）、資格、技能、その他の条件に合致しない場合、お申込みをお断りすることがあります。
(2) 20歳未満の方は親権者の同意が必要です。
(3) お客様が暴力団、暴力団員、暴力団関係者、その他反社会的勢力であると判明した場合は、お申込みをお断りする場合があります。
(4) お客様が他のお客様に迷惑を及ぼし、または団体行動の円滑な実施を妨げるおそれがあると当社が判断する場合は、お申込みをお断りする場合があります。
(5) その他当社の業務上の都合があるときには、お申込みをお断りする場合があります。

5. 旅行代金の支払期限と確定書面の交付

(1) 旅行代金（申込金を差し引いた残額）は、旅行開始日の前日から起算してさかのぼって21日前までに全額お支払いいただきます。ただし、旅行開始日の前日から起算してさかのぼって20日以内にお申込みをされた場合は、お申込み時に全額お支払いいただきます。
(2) 旅行代金の全額をお支払いいただいた後、確定書面（クーポン券）を旅行開始日の前日までにお客様に交付いたします。

6. 旅行代金に含まれるもの

(1) パンフレット、ウェブサイトの日程に明示した、宿泊費、食事代、講習料、消費税（一部コースについては交通費）。その他、旅行代金に含まれる旨表示した費用。
(2) 本項（1）の代金はお客様のご都合により一部利用されなくても、原則として払戻はいたしません。

7. 旅行代金に含まれないもの

第6項の他は旅行代金に含まれません。その一部を以下に例示いたします。
(1) コースに含まれない交通費、宿泊費、食事代、および個人的諸経費。
(2) リフト券代、スキー用具のレンタル代。

8. お客様の交替

旅行開始日の前日から起算してさかのぼって21日前までは、当社の承諾を得て、申込者の二親等に限り所定の手続きを経てお客様の交替ができます。参加にあたっての条件（申込資格）に合致しない等の理由により、交替をお断りする場合があります。

9. お客様からの契約の解除（旅行開始前）

(1) お客様は取消料をお支払いいただくことにより、いつでも旅行契約を解除することができます。お電話またはマイページのキャンセル申請ボタンよりお申出ください（メールやFAXでの取消しはお受けできません）。なお、旅行契約の取消日とは、当社の営業日、営業時間内に取消しをする旨をお申し出いただいた時を基準とし、営業時間外に着信したご連絡の取消日は翌営業日となります。旅行開始日当日の解除のお申出は、当社が休業日の場合、スポーツハイム奥志賀にお電話でご連絡ください。
(2) 旅行契約の成立後、お客様のご都合で旅行契約を解除する場合、旅行代金に対してお一人につき取消料をいただきます。複数でお申込みいただいたお客様の一方が契約を解除した場合、契約を解除したお客様から取消料を、ご参加のお客様からは1室ごとの利用人数に対する差額代金をいただきます（相部屋利用時をのぞく）。

取消日（契約解除の期日）		取消料（お１人様）
旅行開始日の前日から起算してさかのぼって	21 日目に当たる日以前	無料
	20 日目に当たる日以降 8 日前まで	旅行代金の 20%
	7 日目に当たる日以降 2 日前まで	旅行代金の 30%
旅行開始日前日		旅行代金の 40%
旅行開始日当日		旅行代金の 50%
旅行開始後又は無連絡不参加		旅行代金の 100%

※募集型企画旅行に含まれない前後泊の変更および取消し等は各主催会社・宿舎の約款に基づく取消料をいただきます。
(3) お客様は、次の項目に該当する場合は取消料なしで旅行契約を解除することができます。
①天災地変、戦乱、暴動、運送・宿泊機関等の旅行サービス提供の中止、官公署の命令その他の事由が生じた場合において、旅行の安全かつ円滑な実施が不可能となり、または不可能となるおそれが極めて大きいとき。
②当社の責に帰すべき事由により、契約書面に記載した旅行日程に従った旅行の実施が不可能となったとき。
(4) 当社は、本項（1）（2）により旅行契約が解除されたときは、既に収受している旅行代金（または申込金）から所定の取消料を差し引いて払戻しをいたします。その際、銀行振込の場合は当社の送金手数料を差し引いた額をご返金いたします。取消料が申込金でまかなえないときは、その差額を申し受けます。
(5) お客様のご都合によるコース変更、宿泊機関等行程中の一部を変更される場合は、お客様が当初の旅行契約を解除し、新たに旅行契約を締結していただくことになります。この場合当社は旅行契約の解除日に基づく取消料を申し受けます。

10. 当社からの契約の解除（旅行開始前）

(1) お客様が第5項の期日までに旅行代金を支払わないときは、当社は、その翌日にお客様が契約を解除したものとみなし、この場合、取消料と同額の「違約料」をお支払いいただきます。
(2) 当社は次に掲げる場合、お客様に理由を説明して旅行契約を解除することがあります。
①お客様が当社のあらかじめ明示した性別・年齢・資格・技能その他の旅行参加条件を満たしていないことが判明したとき。
②お客様が病気その他の事由により、当該旅行に耐えられないと認められるとき。
③参加者数が最少催行人員に達しなかったとき。この場合、旅行開始日の前日から起算してさかのぼって6日目にあたる日より前に旅行を中止する旨をお客様に通知いたします。
④スキーを目的とする旅行における必要な降雪量などの旅行実施条件であって契約の締結の際に明示したものが成就しないおそれが極めて大きいとき。
⑤天災地変、戦乱、暴動、運送・宿泊機関等の旅行サービス提供の中止、官公署の命令その他の当社の関与し得ない事由が生じた場合において、契約書面に記載した旅行日程に従った旅行の安全かつ円滑な実施が不可能となり、または不可能となるおそれが極めて大きいとき。
⑥お客様が第4項（3）（4）のいずれかに該当することが判明したとき。
(3) 当社は本項（2）により契約を解除したときは、既に収受している旅行代金（または申込金）の全額をお客様に払戻します。契約の解除により当社に損害が生じたときは、お客様にその賠償を求めることがあります。

11. お客様からの契約の解除（旅行開始後）

(1) お客様のご都合により途中で契約を解除または離脱された場合は、お客様の権利放棄とみなし、一切の払戻をいたしません。
(2) お客様の責に帰さない事由により契約書面に記載した旅行サービスの提供を受けられない場合には、お客様は取消料を支払うことなく当該不可能になった旅行サービス提供に係る部分の契約を解除することができます。
(3) 本項（2）の場合において、当社は、旅行代金のうち旅行サービスの当該受領することができなくなった部分に係る金額を旅行者に払戻します。ただし、当該事由が当社の責に帰すべき事由によらない場合においては、当該金額から、当該旅行サービスに対して取消料、違約料その他の既に支払い、またはこれから支払わなければならない費用に係る金額を差し引いたものをお客様に払戻します。

12. 当社からの契約の解除（旅行開始後）

(1) 当社は次に掲げる場合において、旅行開始後であってもお客様に理由を説明して旅行契約の一部を解除することがあります。
①お客様が病気その他の事由により、旅行の継続に耐えられないとき。
②お客様が旅行を安全かつ円滑に実施するための添乗員、現地係員その他の者による当社の指示への違背、これらの者または同行する他の旅行者に対する暴行または脅迫等により団体行動の規律を乱し、当該旅行の安全かつ円滑な実施を妨げるとき。
③天災地変、戦乱、暴動、運送・宿泊機関等の旅行サービス提供の中止、官公署の命令その他の当社の関与し得ない事由が生じた場合であって、旅行の継続が不可能となったとき。
④お客様が第4項（3）（4）のいずれかに該当することが判明したとき。
(2) 本項（1）の規定に基づき契約の解除をしたときは、お客様と当社との間の契約関係は、将来に向かってのみ消滅します。この場合において、お客様が既に提供を受けた旅行サービスに関する当社の債務の履行は完了します。
(3) 本項（2）の場合において、当社は、旅行代金のうちお客様がいまだその提供を受けていない旅行サービスに係る部分に係る金額から、当該旅行サービスに対して取消料、違約料その他既に支払い、またはこれから支払わなければならない費用を差し引いた金額をお客様に払戻します。

13. 添乗員

当社募集型企画旅行には、一部のコースを除き添乗員が同行しません。お客様が旅行サービスの提供を受けるために必要な確定書面（クーポン類）をお渡ししますので、旅行サービスを受けるための手続きはお客様自身で行っていただきます。

14. 当社の責任

(1) 当社は、契約の履行に当たって、当社または当社が手配を代行させた者（以下「手配代行者」といいます）が故意または過失によりお客様に損害を与えたときは、損害発生の翌日から2年以内に当社に対して通知があったときに限り、その損害を賠償します。ただし、手荷物の損害は、損害発生の翌日から14日以内に当社に対して通知があったときに限り、お客様1名につき15万円を限度（当社に故意または重大な過失がある場合を除きます）として賠償します。
(2) お客様が天災地変、戦乱、暴動、運送・宿泊機関等の旅行サービス提供の中止、官公署の命令その他の当社または手配代行者の関与し得ない事由により損害を被ったときは、当社は、本項（1）の場合を除きその損害を賠償する責任を負いません。

15. 特別補償

当社は、第14項に基づく当社の責任が生ずるか否かを問わず、旅行業約款「特別補償規程」で定めるところにより一定の損害について補償金および見舞金を支払います。

16. お客様の責任

(1) お客様の故意または過失により当社が損害を被ったときは、当社は、お客様から損害の賠償を申し受けます。
(2) お客様は、当社から提供される情報を活用し、お客様の権利義務その他の旅行契約の内容について理解するように努めなければなりません。
(3) お客様は、旅行開始後に、契約書面に記載された旅行サービスについて、記載内容と異なるものと認識したときは、旅行地において速やかに当社または当該旅行サービス提供者にその旨を申し出なければなりません。

17. 傷害保険へご加入のお勧め

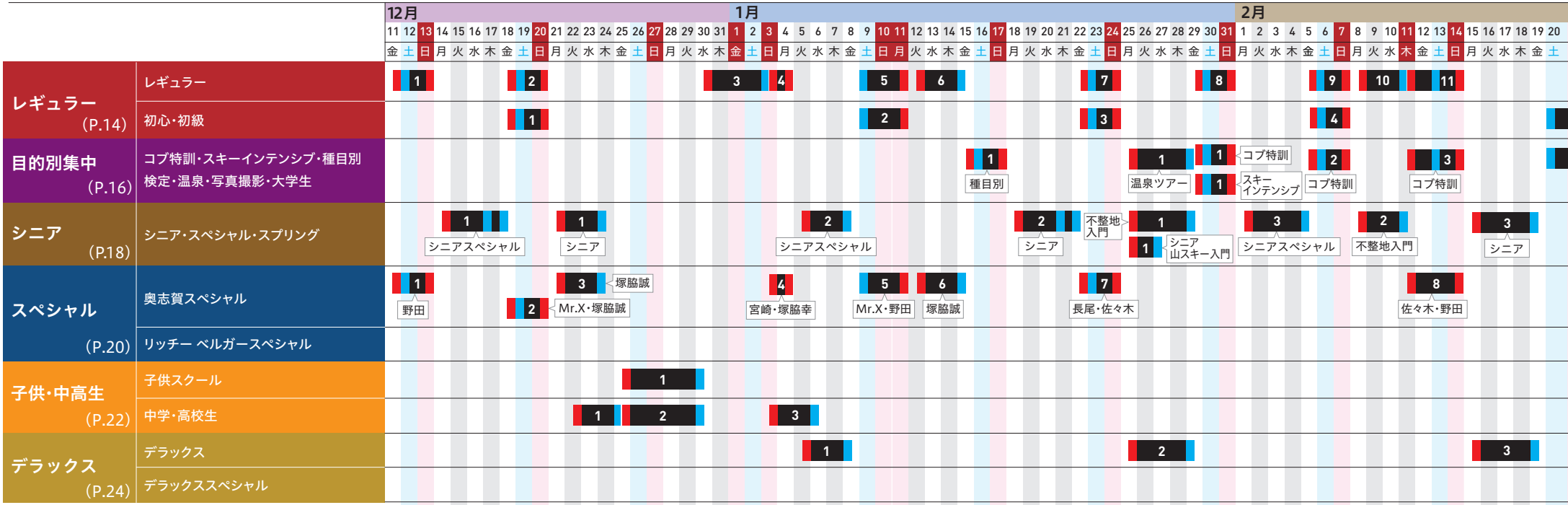
より安心なご旅行をお楽しみいただくためにも、お客様ご自身で、旅行傷害保険や、第三者に対する賠償責任保険にご加入されることをお勧めします。

18. その他

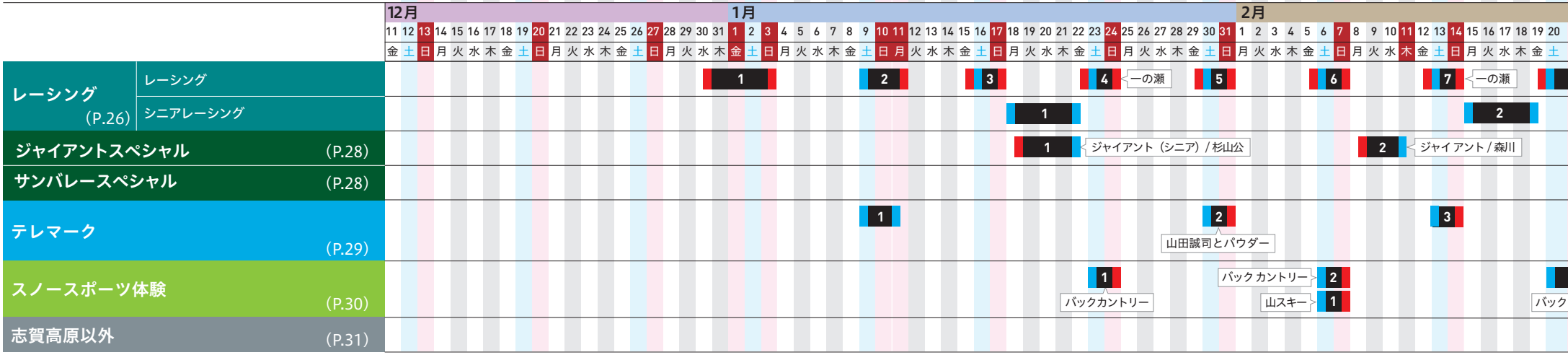
(1) 当社募集型企画旅行に付属する交通、宿泊等につきましては、各関係約款に従い、当社の管理外とさせていただきます。
(2) この書面に定めのない事項については、募集型企画旅行契約約款に基づきます。詳しくは係員までお尋ねください。

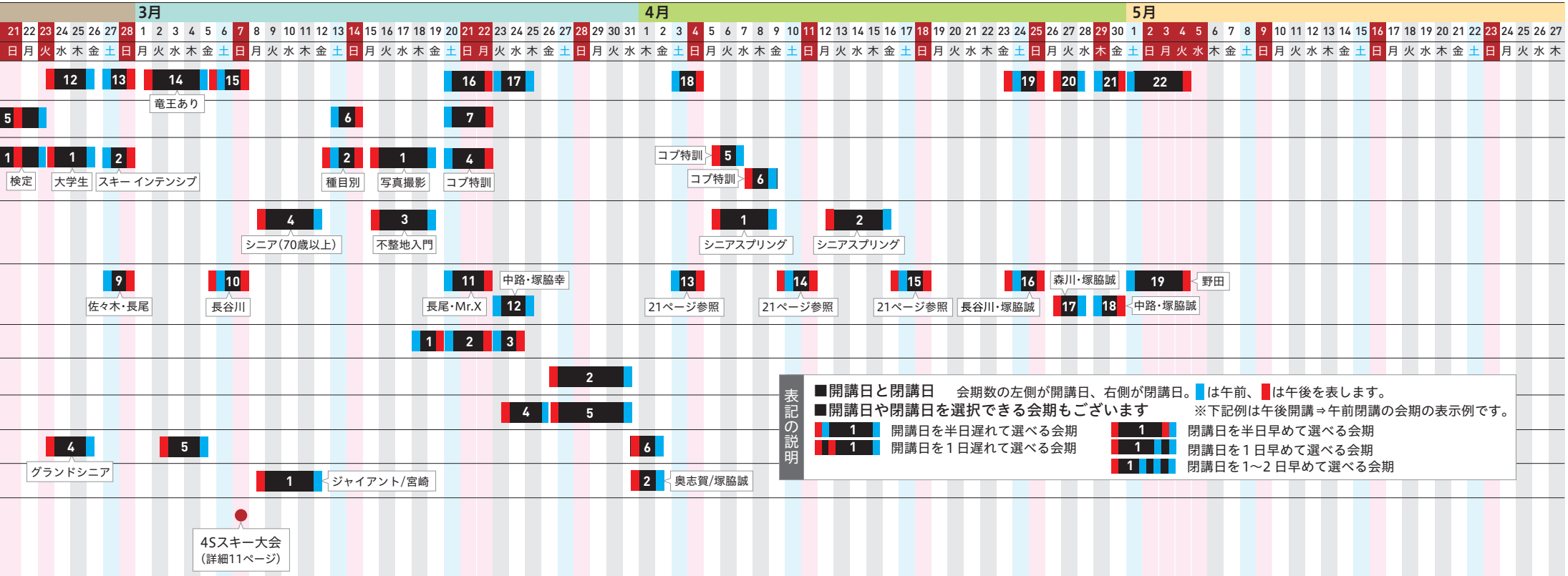
19. 個人情報の取扱い

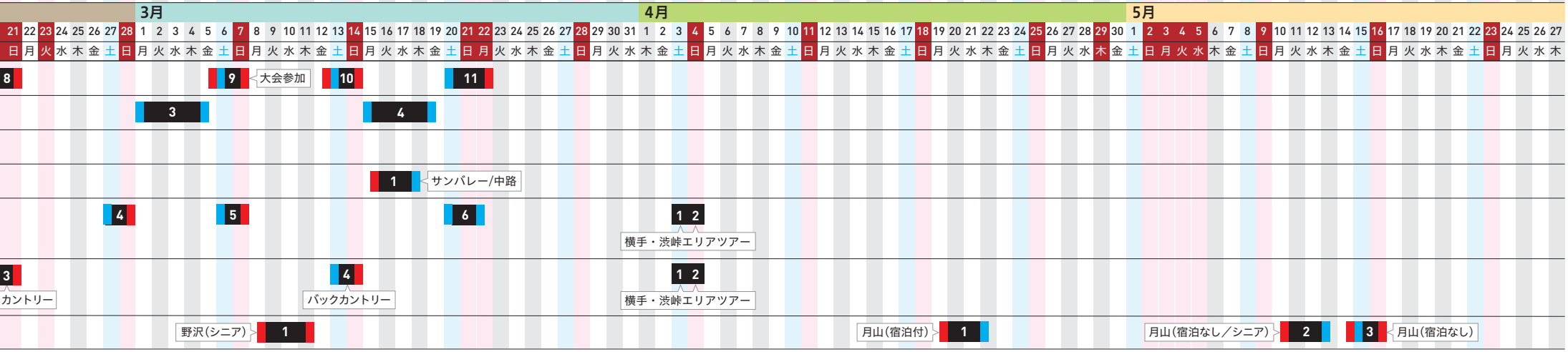
(1) 当社は、旅行申込みの際にお客様からご提出いただいた個人情報について、お客様との間の連絡に利用させていただくほか、お客様がお申込みいただいた旅行において運送・宿泊機関等の提供するサービスの手配およびそれらのサービス受領のための手続きに必要な範囲内、また当社の旅行契約上の責任、事故時の費用等を担保する保険の手続き上必要な範囲内で利用させていただきます。
(2) 当社は、旅行中に疾病・事故等があった場合に備え、お客様の旅行中の連絡先の方の個人情報をお伺いしています。この個人情報は、お客様に疾病等があった場合で連絡先の方へ連絡の必要があると当社が認めた場合に使用させていただきます。お客様は、連絡先の方の個人情報を当社に提供することについて連絡先の方の同意を得るものとします。
(3) 当社は、当社が保有するお客様の個人データのうち、氏名、住所、電話番号、メールアドレスなどのお客様へのご連絡にあたり必要最小限の範囲のものについて杉山スキー＆スノースポーツスクールとの間で共同して利用させていただき、それぞれの企業の営業案内、催し物等のご案内の発送のために利用させていただくことがあります。


12月
1月
2月
レギュラー (P.14)
レギュラー
初心・初級
目的別集中 (P.16)
コブ特訓・スキーインテンシブ・種目別検定・温泉・写真撮影・大学生
種目別
温泉ツアー
コブ特訓
スキーインテンシブ
シニア (P.18)
シニア・スペシャル・スプリング
シニアスペシャル
シニア
不整地入門
シニア山スキー入門
スペシャル (P.20)
奥志賀スペシャル
リッチー ベルガースペシャル
野田
塚脇誠
Mr.X・塚脇誠
宮崎・塚脇幸
Mr.X・野田
長尾・佐々木
佐々木・野田
子供・中高生 (P.22)
子供スクール
中学・高校生
デラックス (P.24)
デラックス
デラックススペシャル

MEMO


12月
1月
2月
レーシング (P.26)
レーシング
シニアレーシング
一の瀬
ジャイアントスペシャル (P.28)
ジャイアント（シニア）/ 杉山公
ジャイアント / 森川
サンバレースペシャル (P.28)
テレマーク (P.29)
山田誠司とパウダー
スノースポーツ体験 (P.30)
バックカントリー
山スキー
志賀高原以外 (P.31)


3月
4月
5月
竜王あり
検定
大学生
スキー インテンシブ
種目別
写真撮影
コブ特訓
コブ特訓
コブ特訓
シニア(70歳以上)
不整地入門
シニアスプリング
シニアスプリング
佐々木・長尾
長谷川
長尾・Mr.X
中路・塚脇幸
21ページ参照
21ページ参照
21ページ参照
長谷川・塚脇誠
森川・塚脇誠
野田
中路・塚脇誠
グランドシニア
ジャイアント/宮崎
奥志賀/塚脇誠
4Sスキー大会
(詳細11ページ)
表記の説明
■開講日と閉講日　会期数の左側が開講日、右側が閉講日。は午前、は午後を表します。
■開講日や閉講日を選択できる会期もございます　※下記例は午後開講⇒午前閉講の会期の表示例です。
開講日を半日遅れて選べる会期
開講日を１日遅れて選べる会期
閉講日を半日早めて選べる会期
閉講日を１日早めて選べる会期
閉講日を1～2 日早めて選べる会期


3月
4月
5月
大会参加
サンバレー/中路
横手・渋峠エリアツアー
横手・渋峠エリアツアー
カントリー
バックカントリー
野沢(シニア)
月山(宿泊付)
月山(宿泊なし／シニア)
月山(宿泊なし)

ホームページから、申込みが行えます。

https://sugiyama-travel.com/

日程から検索　レッスンコースから検索　レベルから検索　担当教師から検索

※パソコンおよびスマートホンの操作に関するご質問は承っておりません。予めご了承ください。

Sugiyama Ski & Snowsports School

旅行企画
実施

株式会社スギヤマトラベル

東京都知事登録旅行業第2-3373号 （一社）全国旅行業協会正会員

TEL.03-3562-5988

〒104-0061東京都中央区銀座1-6-11 土志田ビル8F

営業時間　平日10:00～18:00

電話・来店受付時間　平日12:00～17:00

●ご来店は予約制となります。12月1日（火）以降、お電話でご予約をお願いいたします。

※土・日・祝日・年末年始は休業

1F は「Ball & Chain GINZA」です。

交通のご案内

1. JR有楽町駅〈京橋口〉徒歩4分
2. 地下鉄有楽町線　銀座1丁目〈5番出口〉徒歩1分
3. 地下鉄丸ノ内線・日比谷線　銀座駅〈C8番出口〉徒歩5分
4. 地下鉄銀座線・日比谷線　銀座駅〈A13番出口〉徒歩5分