

# Alpine Skiing

## アルペンスキー部



練習ではランニングやウエイトトレーニング、一輪車などのトレーニングをしています。

夏はウイングヒルズに行き、雪上に近い練習をしています。

12月には北海道に1カ月ほど練習に行きます。

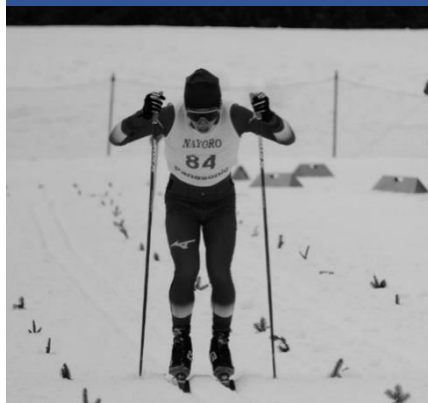
興味のある方はぜひ見学に来てください！！



クロスカントリースキー部は主に持久力トレーニングや、スキーに近いローラースキーなど使った練習を行っています。

冬は合宿が多く、ほぼ毎日スキーをしています。

持久力に自信がある人や興味のある人はぜひ足を運んでください！！



# CrossCountry Skiing

## クロスカントリースキー部