

日 程

天候などにより、一部変更する場合があります。

曜日	時間	プログラム	内 容	場所
金曜日	16:30	受付開始	受付終了後、大研修室へ集合	1階玄関内
	18:00～	レンタルスキーサイズ合わせ 説明①	食堂利用について 健康チェック実施	大研修室
	19:30	夕食		食堂
	20:30	スキーのグループ分け 説明②	ベッドメイキングについて	大研修室
	21:00	入浴	入浴者以外は荷物整理とベッドメイキング	
	22:00	消灯	健康チェック実施	
土曜日	6:30	起床		
	7:20	朝食	健康チェック実施	食堂
	8:45	開講式	指導員紹介	第1体育館
		スキー実習	徒歩移動	スキー場
	11:45	昼食・休憩	健康チェック実施	食堂
	13:15	スキー実習	徒歩移動	
	16:30	入浴	健康チェック実施	浴室
	18:20	夕食		食堂
	19:20	説明③	部屋掃除について	大研修室
		自由時間		第1体育館
	22:00	消灯	健康チェック実施	
日曜日	6:30	起床		
	7:20	朝食・清掃	健康チェック実施	食堂
	8:45	スキー実習	徒歩移動	スキー場
	13:30	昼食・休憩	健康チェック実施	食堂
	15:00	清掃・部屋点検		
	15:30 16:30	閉講式	所長・指導員の挨拶 事務連絡後に感想文作成 書き終えた人から解散	大研修室