

ちゃんめろフリーライド フリーライドキャンプ

場所：白馬乗鞍温泉スキー場・白馬コルチナススキー場

宿泊先：ロッジ・チャミンゴ

2024/1/20		担当	場所	2024/1/21		担当	場所
9:00	集合		ロッジ・チャミンゴ	7:00			
	説明・自己紹介		白馬乗鞍温泉スキー場 白馬コルチナススキー		朝食		ロッジ・チャミンゴ
9:30				8:00			
	全員セッション/クラス分け				セルフケア	マウントケ	ロッジ・チャミンゴ
10:00				9:00			白馬乗鞍温泉スキー場 白馬コルチナススキー
	セッション/レクチャー				セッション		
12:00				11:00			
	昼食		ロッジ・チャミンゴ		昼食		ロッジ・チャミンゴ
13:00				12:00			白馬乗鞍温泉スキー場 白馬コルチナススキー
	セッション/ムービー撮影		白馬乗鞍温泉スキー場 白馬コルチナススキー		セッション		
15:00				14:00			
	ビーコントレーニング		白馬コルチナススキー場		コンペ		
16:00				15:00	解散		
	風呂		ホテルグリーンプラザ	<p>・ライダー Ski：楠泰輔, 笹田知里 Snow：加藤彩也香, 高橋龍正 Sub：大池琢磨・清水祥</p> <p>・使用施設 ロッジ・チャミンゴ, 白馬乗鞍温泉スキー場, 白馬コルチナススキー場 ホテルグリーンプラザ</p> <p>・ワークショップ マウントケア, 大池琢磨& 笹田知里(POW)</p>			
17:00							
	移動/自由時間						
18:00							
	夕食		ロッジ・チャミンゴ				
19:00							
	ムービークリニック/気候変動ワーク	拓磨・知里	ロッジ・チャミンゴ				
22:00	就寝						