

レベルガイド



スキー	現在のレベル	レッスンの目標	滑走コース
レベル1-初級	スキー初心者。前に進むこと、自分自身で止まることができない。	きちんと停止ができ、ターンが1回できる。	緩斜の初心者コース、マジックカーペットを使用した初心者コース。
レベル2-ターンの習得	緩斜面で八の字でスムーズに停止、ターンが一回できる。	ターンをつなげることができ、スピードのコントロールができる。	緩斜の初心者コースをスムーズに滑走できる。リフトを使用して初心者コースに挑戦したい。
レベル3-連続ターン	八の字でスピードをコントロールしながら、連続ターンができる。	ターン前半にスキーを平行にすることができる。サイズや形の違うターンができる。	リフトを使用しての初心者コースの滑走ができ、同レベルの違ったコースに挑戦したい。
レベル4-より高度なターンの習得	大小様々なターン、パラレルターンができる。	様々なコースや雪質でのパラレルターンの上達、またポールプラントの習得。	大体的な中級者向けコースで滑走できるが、より高度な中級者コースはまだ難しい。
レベル5-中級	ポールプラントをしながら力強いパラレルターンができ、全ての中級者向けまたいくつかの上級者コースを滑ることができる。	パウダー、小回り、カービング、モーグルや非圧雪コースなどの様々な雪質や斜面での滑走方法を学ぶ。	中級者むけまた比較的優しい上級者向け斜面の滑走、非圧雪斜面について学ぶ。
レベル6-上級	様々な斜面やコース、コンディション下でスムーズに滑走できる。	急斜面やツリーラン、非圧雪コース、フリースタイルでの技術に磨きをかける。	圧雪、非圧雪のエキスパート斜面を様々なコンディション下で滑走できる。
レベル7-エキスパート	様々な雪質の斜面を高速で滑走できる。パウダースノーでの滑走経験が十分にあり、更にレベルアップがしたい。	サイドカントリー、バックカントリー、タイトなツリーラン、クリフからのドロップやフリースタイルスキーなど、より高速での滑走、さらなるレベルアップ。	アグレッシブかつしっかりとコントロールしながらオフピステを様々なスピードで滑走できる。

スノーボード	現在のレベル	レッスンの目標	滑走コース
レベル1- 初級	スノーボード未経験。自分自身で止まることができない。	横滑りしながら行き先をコントロールできる、つま先・かかとそれぞれのエッジを使用して止まることができる。	緩斜の初心者コース、マジックカーペットを使用した初心者コース
レベル2- ターンの習得	ターンの習得 / スムーズに横滑りができる、つま先・かかとそれぞれのエッジを使って進行方向のコントロールができる。	アシスタントなしでシングルターンができる。	緩斜の初心者コースをスムーズに滑走できる。リフトを使用して初心者コースに挑戦したい。
レベル3- 連続ターン	連続ターン / 初心者コースでターンを連続してできる。	スムーズに連続ターンのコントロールができる。より難しい初心者コースでの滑走に挑戦する。	リフトやマジックカーペットを使用しての初心者コースの滑走。
レベル4- より高度なターンの習得	初心者コース内でスムーズに連続ターンをコントロールできる。リフトに乗れる。	様々なサイズのターンを習得し、基本的なフリースタイルを学ぶ。	全ての初心者コースでの滑走ができ、優しい中級者コースに挑戦したい。
レベル5- 中級	全ての中級者コースにて連続ターンを用いて滑走できる。様々なコンディション下での滑走方法を習得中。	パウダー、小回り、非圧雪コース、パークでの滑走を学ぶ。	全ての中級コース、ビギナーパーク、比較的優しい上級者コース、非圧雪コース。
レベル6- 上級	様々なコンディション下において、上級者コース、パークでの滑走できる。	急斜面やツリーラン、非圧雪コース、フリースタイルでの技術に磨きをかける。	圧雪、非圧雪のエキスパート斜面を様々なコンディション下で滑走できる。
レベル7- エキスパート	様々な雪質の斜面を高速で滑走できる。パウダースノーでの滑走経験が十分にあり、更にレベルアップがしたい。	サイドカントリー、バックカントリー、タイトなツリーラン、ドロップやフリースタイルスキーなどバリエーションを広げたい。高速での滑走などさらなるレベルアップ。	アグレッシブかつしっかりとコントロールしながらオフピステを様々なスピードで滑走できる。