

スピードスケート			
	日にち	時間	場所
1	5/16(日)	7:15 ~ 8:30	神宮外苑アイススケート場(貸切)
2	5/29(土)	7:45 ~ 9:45	江戸川区スポーツランド(貸切)
3	6/6(日)	17:45 ~ 19:45	東伏見ダイドードリンコアイスアリーナ
4	6/20(日)	7:15 ~ 8:30	神宮外苑アイススケート場(貸切)
5	7/25(日)	7:15 ~ 8:30	神宮外苑アイススケート場(貸切)
6	8/1(日)	16:00 ~ 18:00	東伏見ダイドードリンコアイスアリーナ
7	8/8(日)	7:15 ~ 8:30	神宮外苑アイススケート場(貸切)
8	上記以外の日程については会場が確保でき次第申込者にお知らせ します。		
9	7月中旬に、野辺山合宿を予定しています。		
会場	神宮外苑アイススケート場, 江戸川スポーツランド 他		
主任コーチ	鈴木		
マネージャー	ファミリーが交代で実施		
募集定員	30名前後 *参加希望者が多数の場合には、以前に本プログラムに参加された方を 優先とします。 *新規参加者は、必ず、5/16のプログラムに参加ください。コーチ人数の関 係から、当日にスケート経験等を確認の上、以降の参加可否を判断をさせ ていただきます。(初心者不可ではありません。)		
参加費	滑走代 1,000円		
交通手段	神宮外苑アイススケート場: JR総武線「千駄ヶ谷」駅 下車徒歩5分 大江戸線「国立競技場」駅 下車徒歩2分 江戸川区スポーツランド: 都営新宿線「瑞江」駅 バス「スポーツランド」行き 12分終点 東伏見ダイドードリンコアイスアリーナ 高田馬場駅から準急で17分。 所沢駅より準急で24分。		
出欠連絡	月～金(10:00～17:00): SONT事務局 03-3615-5569		
服装他	ひざがよく曲がる運動しやすい服装、ジーンズ不可。 タートルネック、5本指手袋 (原則、スキー手袋)、ヒザあて、スネあてを必ず着用。ヒザあての着用を推奨。		
備考	* 肘あて・膝あてはローラースケートのもの、 スネあてはサッカー用で良いので開始までに各自購入。 * 日程は、変動する場合があります。(貸切取得の状況による) 上記以外の日程で、SON神奈川とSON山梨主催の プログラムに参加することがあります。詳細は決定次第お知らせします。 * リンク貸切時の練習は、フィギュア・SON神奈川との合同練習となります。		