

スピードスケート			
	日にち	時間	場所
1	1/8(日)	7:15~8:30	神宮外苑アイススケート場(貸切)
2	1/14(土)	7:00~8:30	相模原銀河アリーナ(貸切)
3	1/21(土)	7:45~9:45	江戸川区スポーツランド(貸切)
4	1/28(土)	20:00~21:30	相模原銀河アリーナ(貸切)
5	2/4(土)	20:00~22:45	相模原銀河アリーナ(貸切)
6	2/19(日)	9:30~12:00	練馬区立総合体育館 ローラースケート場(インラインスケート)
7	2/25(土)	7:45~9:45	江戸川区スポーツランド(貸切)
8	3/4(日)	7:45~9:45	江戸川区スポーツランド(貸切)
9	3/10(土)	20:00~21:30	相模原銀河アリーナ(貸切)
10	3/17(土)	20:00~21:30	相模原銀河アリーナ(貸切)
11	3/31(土)	7:15~8:30	神宮外苑アイススケート場(貸切)
12	4/22(日)	7:15~8:30	神宮外苑アイススケート場(貸切)
13	上記以外の日程については会場が確保でき次第、申込者にご連絡します。		
会場	神宮外苑アイススケート場、 江戸川区スポーツランド他		
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、1回目のプログラムに参加してください。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	<ul style="list-style-type: none"> ・神宮外苑アイススケート場(新宿区霞ヶ丘町11-1) 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(江戸川区東篠崎1-8-1) 都営新宿線「瑞江」駅 バス「スポーツランド」行き12分終点 ・練馬区立総合体育館(練馬区谷原1丁目7番5号) 西武池袋線「練馬」駅から 西武バス成増町行-練馬総合体育館下車2分 西武池袋線「大泉学園」駅北口から 都営バス新江古田駅行-練馬総合体育館下車0分 JR「吉祥寺」駅から西武バス成増町行-谷原三丁目下車4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。 ネックプロテクタ使用又はタートルネックの服、5本指手袋(原則、スキー用グローブ)、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	<ul style="list-style-type: none"> *ヒザあて・ヒザ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。 		