

## カーリング体験・指導のご案内

### <コース種類>

授業コース（学校向け）

小学校、中学校及び高等学校等の授業で行うコースです。基本動作と基本的なルールを習得します。進行状況に応じて、特別ルールの模擬ゲームを行います。

体験コース（一般向け）

初めての方（初級者を含む）向けのコースです。基本動作と基本的なルールを習得します。進行状況に応じて、特別ルールの模擬ゲームを行います。

ステップアップコース（経験者向け）

経験者向けのコースです。カーリング技術のレベルアップや作戦の考え方など、受講者の希望に合わせてワンランク上の指導を行います。

### <所要時間>

いずれのコースも1回2時間が標準です。ミニゲーム（1～2エンド）を行いたい場合は、3時間程度が理想です。

### <指導料>

授業コース	講師1人（1時間）	1,000円
体験コース	講師1人（1時間）	2,000円
ステップアップコース	受講者1人（1時間）	1,500円

### <備品等使用料>

カーリングシューズ	施設から借用	無料（貸出停止中）
カーリングブラシ	施設から借用	無料
ニーパッド（2個）	1回（3時間まで）	無料
テレビモニター	1回（8時間まで）	500円
ビデオカメラ	1回（8時間まで）	500円
プロジェクター	1回（8時間まで）	500円
作戦ボード	1回（4時間まで）	200円

### <服装>

氷上でプレーするスポーツですので、ウィンドブレーカーなどの防寒着を着用して下さい。けが防止のため、なるべく帽子と手袋の着用をお願いします。（糸くずの出やすい服装はご遠慮下さい。）

### <お申し込み手順>

(1) カーリングシートの予約・お申し込み

申込先：みちぎんどリームスタジアム（青森市スポーツ会館 青森市合浦 1-13-1）

申込方法：電話かFAXでお申し込みください。

TEL 017-765-6200 FAX 017-765-6202

会場料：1シート／1時間 510円（みちぎんどリームスタジアムへお支払いください。）

(2) 体験・指導のお申し込み (シートの予約完了後にお申し込みください。)

申 込 先 : 青森県カーリング協会 (青森市堤 2-1-1 (株) 協同内)

申込方法 : 別紙「申込書」により、電子メールか FAX でお申し込みください。

メールアドレス aomori.ca@gmail.com

FAX 017-773-2085

申込期日 : 原則として体験・指導希望日の 10 日前までにお申し込みください。(10 日以内の場合にご相談ください。)

指 導 料 : 当日払い 指導者へお支払いください

銀行振込 青森銀行 本店営業部 普通 1734312

青森県カーリング協会 指導普及委員会 中村義人

キャンセル : 3 日前まで無料。それ以降は指導料の 100% をキャンセル料としていただきます。

やむを得ないと認められる場合は、この限りではありません。

お問合せ : 青森県カーリング協会 TEL 017-777-4191

### <その他の注意事項>

新型コロナウイルス感染症の拡大などにより、青森県内におけるスポーツイベント等の自粛要請があった場合は、体験指導を中止又は延期させていただくことがあります。

### <海外のお客様の特別規定>

(1) 体験・指導のお申し込み時にカーリングシートの予約をお手伝いします。気軽にお問い合わせください。

お問合せ : 青森県カーリング協会

メールアドレス aomori.ca@gmail.com

TEL 017-765-6200 FAX 017-765-6202

(2) カーリングシートの空き状況によっては、ご要望にお応えできない場合があります。

### <Special Provisions for foreign customers>

(1) We will help you reserve curling sheets when applying for experience and guidance. Please feel free to contact us.

Contact Aomori curling association

MAIL aomori.ca@gmail.com

TEL 017-765-6200

FAX 017-765-6202

(2) Depending on the availability of curling alleys, we may not be able to meet your needs.

## COVID-19 感染防止に関する事項

### 1 カーリング体験前の注意事項

(1) 以下に該当する場合は、自主的に参加を見合わせてください。

体調がよくない場合（例：発熱・咳・咽頭痛などの症状がある場合）

同居家族や身近な知人に感染が疑われる方がいる場合

過去14日以内に政府から入国制限、入国後の観察期間を必要とされている国、地域等への渡航又は当該在住者との濃厚接触がある場合

(2) 感染予防のためマスクを持参し、常に着用してください。

(3) カーリング場に入る前に、手洗い、アルコール等による手指消毒を行ってください。

### 2 カーリング用具の注意事項

(1) 現在、シューズの貸出を停止しています。底面のきれいな上履きを持参してください。

(2) 施設から借用したグリッパー、スライダー及びカーリングブラシ等の用具（以下「用具」。）は、同一者が使用し、他の参加者と共用しないでください。

(3) 使用したカーリングブラシ及びストーンは、使用後は消毒を行ってください。

### 3 カーリング体験中の注意事項

(1) 他の参加者、指導者等との距離（できるだけ2mを目安に最低1m）を確保してください。

(2) なるべくマスクを着用し、大声での会話を控えてください。ただし、メガネが曇り危険な場合や息苦しい場合等は、周囲の方との距離に注意して、マスクを外してください。

(3) 使用するストーンはなるべく固定（同一のものを使用）し、他の参加者と共用しないでください。

(4) なるべくグローブを着用し、他の受講者と肌が接触しないように注意してください。

(5) 更衣室やトイレは、施設管理者の指示に従って使用してください。（使用が制限されている場合があります。）

### 4 カーリング体験後の注意事項

(1) 施設から借用したカーリングブラシは、消毒を行ったうえで、所定の場所に返却してください。

(2) 体験指導の終了後2週間以内にCOVID-19を発症した場合、又は感染が疑われる場合は、青森県カーリング協会及び施設管理者に速やかに連絡してください。