

SAJ 近畿ブロック協議会主催

ラン&ローラースキー、ローラーブレード記録会 2026

【目的】

スキー競技には最大酸素摂取量（VO2MAX）等の心肺機能また筋持久力が競技力を向上させるために必要不可欠である。

この記録会ではオフシーズン期間に定期的に同じ距離でのランニングとローラースキーやローラーブレードのタイムを計測することで、自身の日頃のトレーニング成果を目に見える形に表すとともに、そこから新たな課題を発見し、日々のトレーニングの目標をより細かく明確にしたいと考えている。選手自身が主体的にトレーニングできるようサポートすることが目的である。また、他クラブの選手と競うことで選手同士が互いに刺激を受け切磋琢磨できる機会にしてほしいとも考えている。

【日程・時間】

2026 年 9 月 27 日（日）	9：00～
2026 年 10 月 24 日（土）	13：00～
2026 年 11 月 21 日（土）	13：00～

開催場所：淀川河川敷公園 西中島地区



エントリー用 QR コード

【計測内容】

6km の部	3km の部
1. 6km ラン	1. 3km ラン
2. 6km ローラースキーダブルポール（クロスカントリー）	2. 3km ローラースキーダブルポール（クロスカントリー）
3. 6km ローラーブレード（アルペン）	3. 3km ローラーブレード

※初心者には技術アドバイスも可能です。技術練習を希望する際はフォームにそのことを記載ください。

※ローラーレンタルも数に限りはありますが、可能です。（ブーツは女性用であれば可能）

※上記の一つからエントリー可能とする。

※組み合わせも可能とする。（ランは 6km、ローラーは 3km など）

発信者

大阪府スキー連盟 尾崎

Ikazo1220@gmail.com

上記の QR コードからフォームにてエントリーをお願いします。（期限は各回前日まで）