

行程表

1日目：2月17日（月）前半

時間	時間	行程	点呼	内容	備考
A 班 7:10	B 班 8:30	集合 バス乗車 点呼	◎	※トイレは集合時間までに済ませておくこと（トイレ休憩なし） トイレ体育館地下駐車場地下1階 集合場所→神戸市中央体育館前 集合時の服装は私服 各担当の先生にバス内点呼 ※乗車の号車に注意 点呼：担当の教員	
7:20 3台	8:40 3台	出発 (諸注意)		・伊丹空港到着後、航空券を配布するので各自保管し無くさないようにする ・バゲッジ（預け荷物）を持って、チェックインカウンターへ移動 ・搭乗前は買い物禁止 ・金属類・ペットボトル等の取り扱い ①刃物類（カッター、はさみ、つめ切り、コンパス）は× ②ベルトやポケット内の鍵などはバッグの中に入れて検査を受けること ③ペットボトルと筆箱はバッグから取り出し、検査を受けること ④モバイルバッテリーは、手荷物に入れてそのまま検査	
8:10	9:30	空港到着 航空券配布 手荷物検査		航空券と荷物を持ち、 クラス毎 にチェックインカウンターに移動し、大きな荷物を預ける バゲッジ預け後、手荷物検査を受け、搭乗ゲートへ移動 乗車したバスごとにゲート前 で待機（トイレ可）	
10:00	11:40	搭乗前点呼 空港発	◎	点呼：バス号車担当の教員 後方座席のクラスより搭乗 ANA773/JAL2005	※空港内での行動についての諸注意 ・時間の確認 ・班で行動すること ・バゲッジのクレームタグは各自で管理
11:50	13:25	空港着	◎	到着後、ターンテーブルでバゲッジの受け取り（破損チェック） 到着出口より再集合場所まで移動し、点呼後に解散 空港内で 班毎 に昼食（昼食代 1500 円程度用意）	
14:00 14:10 3台 + α	15:30 15:40 3台 + α	再集合・点呼 バス乗車・出発	◎	点呼：バス号車担当の教員 バスガイドの誘導で乗車	
		トイレ休憩	◎	車内点呼：担当の教員 ※トイレ休憩のみ・買い物不可	
16:10	17:40	ホテル着 〈ルスツリゾート〉		☆車内のゴミの回収 忘れ物がないか点検☆ ★ホテル到着後の流れ★ ①バス内でしおりを見て部屋番号を確認する ②荷物を持って、アリーナへ移動し、クラスごとに整列 ゼッケンを受け取る ③その場で靴（ボードはヘルメットも）のサイズ合わせをする。終了後、各ロッカーにスキー（ボードはヘルメットも）ブーツを置く ④各部屋へ移動し、ウェアとスキー3点セットの各自サイズを確認すること。 ⑤室長は備品点検用紙を持ち帰り、記入後、夕食時に持参すること ※ウェア・3点セットに不備があれば、アリーナにて対応 ※移動は階段を使用 ※サイズ変更希望者は夕食前にすべてアリーナにて実施	※ホテルの諸注意 ・オートロック ・部屋内の加湿器を利用すること ・ベッドメイキングなし ・タオルとゴミは毎日交換有り 3点セット 帽子・ゴーグル・手袋 ※スノボ組はヘルメットもあり

2月17日（月）後半

時間	行程	点呼	内容	備考
18:00	夕食(1・9組)	◎	3階「アラスカ」	
18:10	夕食(4・7組)		※各部屋の鍵はかけて室長が管理すること (グレンデから見ると「アラスカ」は2階に見える)	
18:30	夕食(2・6組)			
18:40	夕食(3・5・8組)			
	入浴・休憩		・入浴は部屋の風呂 ・ <u>大浴場・プールは使用不可</u>	
20:00	買い物等 ～21:30		・ショッピングモール、自動販売機は20:00～21:30 まで ※酒類の購入はできません ※荷物が多くなならないよう、お土産の買いすぎに注意	
21:30	部屋移動禁止		生徒は部屋移動禁止。	
22:00	室長会議		《室長》アラスカに集合 ※しおりと筆記用具を持参しメモを取り班員に正確に内容を伝える	
22:40	就寝準備		点呼:担当の教員 室員の健康状態の把握・部屋の整理整頓 健康不良者があれば教員に報告	
22:50	就寝前点呼			
23:00	消灯		次の日に備えて速やかに就寝すること。	

2日目：2月18日（火）

時間	行程	点呼	内容	備考
6:30	起床		部屋の清掃・整理整頓確認	
	健康観察	◎	室長は健康チェック 朝食点呼の際に、担当の先生に健康観察報告（アラスカにて）をして、体調不良者がいれば体調不良者と共に報告 ☆プロジェクトマッピング参加班はここで報告 3階「アラスカ」にて朝食 食事が終わり次第実習準備・荷物整理をする 宿舎待機の者も写真撮影のためスキーウェアに着替える	*講習の諸注意 ・昼食は食券となるため、 <u>小銭もしくは1,000円程度を持参</u> した方がよい ・朝のレッスン開始後、日中にホテルに戻ることはないため、必要なものは全て持っていくこと
7:00	朝食1～3組			
7:15	朝食4～6組			
7:30	朝食7～9組			
8:00	実習準備		ロッカールームへ移動 *混み合うため時間差で移動する 8:30～ 1～3組 8:40～ 4～6組 8:50～ 7～9組 ゲレンデにて <u>クラスごと</u> に撮影	
8:50	写真撮影			
9:20	ゲレンデ集合 実習前点呼 諸連絡（全体） 開校式	◎	開校式の隊形（ <u>実習班ごと</u> ）に整列 点呼： <u>実習班毎にインストラクターへ</u>	
9:30	実習開始（2h）			
10:00	見学班			
11:30	実習終了		見学者は教員の所へ行き、アクティビティに参加 インストラクターから午後の開始時間と集合場所の指示を受け、実習点呼表と食券を受け取る	
	昼食・休憩		班毎に一緒に昼食→休憩	・昼食時、部屋へ戻れないので、くれぐれも注意すること
13:00	実習開始（2h）	◎	班毎にインストラクターから指示された時間・場所に集合 点呼：インストラクターへ	
15:00	実習終了			
	入浴・休憩		・買物（～21:30まで）、休憩 ・ <u>大浴場・プールは使用不可</u>	
18:00	夕食4～6組			
18:15	夕食7～9組			
18:30	夕食1～3組			
20:20	プロジェクトマッピング	◎	ツアーデスク前集合 希望者：部屋単位で募集	※ツアーデスク前にウェアを着て集合
21:30	部屋移動禁止		生徒は部屋移動禁止	
22:00	室長会議		《室長》アラスカに集合	
22:40	就寝準備		※しおりと筆記用具を持参しメモを取り班員に正確に内容を伝える	
22:50	就寝前点呼	◎	点呼：担当の教員 室員の健康状態の把握・部屋の整理整頓 健康不良者があれば教員に報告	
23:00	消灯		次の日に備えて速やかに就寝すること。	

3日目：2月19日（水）

時間	行程	点呼	内容	備考
7:00	起床		部屋の清掃・整理整頓	
	健康観察	◎	室長は健康チェック 朝食点呼の際に、担当の先生に健康観察報告（アラスカにて）をして、 体調不良者がいれば体調不良者と共に報告	＊講習の諸注意 ・昼食は食券となるため、 小銭もしくは1,000円程度を持参 した方がよい ・朝のレッスン開始後、日中にホテルに戻ることはないため、必要なものは全て持っていくこと
7:30	朝食 7～9 組		3 階「アラスカ」で朝食	
7:45	朝食 1～3 組		食事が終わり次第実習準備・荷物整理をする	
8:00	朝食 4～6 組		（写真撮影有りの場合） 宿舎待機の者も写真撮影のためスキーウェアに着替える	
	実習準備		・ツアーデスクに鍵を預けること	
(9:30)	※写真撮影 （前日撮影できなかった場合）		（写真撮影有りの場合） ロッカールームへ移動 9:10～ 7～9 組 9:20～ 1～3 組 9:30～ 4～6 組 （写真撮影無しの場合） ロッカールームへ移動 9:20～ 7～9 組 9:30～ 1～3 組 9:40～ 4～7 組	
9:50	ゲレンデ集合 実習前点呼 諸連絡（全体）	◎	開校式の隊形に整列 点呼：実習班毎にインストラクターへ	
10:00	実習開始（2 h）			
10:30	見学班		見学者は先生の所へ	
12:00	実習終了		≪班長≫インストラクターから午後の開始時間と集合場所の指示を受け、食券を受け取り、昼食をとる 班毎に一緒に昼食→休憩	
	昼食・休憩			
13:00	実習開始（2 h）		班毎にインストラクターから指示された時間・場所に集合 点呼：班長→インストラクター	
15:00	実習終了			
15:15	開校式	◎	開校式と同じ隊形に集合	
	入浴・休憩		・買物（～21：30まで）、休憩 ・ 大浴場・プールは使用不可	
18:00	夕食 1～3 組			
18:15	夕食 4～6 組			
18:30	夕食 7～9 組			
21:50	部屋移動禁止		生徒は部屋移動禁止	
22:00	室長会議		≪室長≫アラスカに集合 ※しおりと筆記用具を持参しメモを取り班員に正確に内容を伝える	
22:40	就寝準備			
22:50	就寝前点呼		点呼：担当の教員	
23:00	消灯・就寝	◎		

〈ルスツ最終日の注意事項〉

◎室長は、翌朝必ずルームキーをツアーデスクに提出する。

◎部屋の中に忘れ物がないかを確認する。

◎荷物を整理し、不必要なものはスーツケースに入れておく。

◎ホテル宿泊期間に無くした物がある場合はツアーデスクに確認しに行く。

4日目：2月20日（木）

時間	行程	点呼	内容	備考
6:30	起床		全員：部屋の清掃・整理整頓 室長：部屋の清掃・整理整頓確認	
	健康観察	◎	朝食点呼の際に、担当の先生に健康観察報告（アラスカにて）をして、 体調不良者がいれば体調不良者と共に報告	
7:00	朝食4～6組		3F「アラスカ」で朝食	
7:15	朝食7～9組			
7:30	朝食1～3組			
8:30	部屋の点検			
	荷物移動開始		完了した部屋からアリーナへ移動 *貴重品を部屋単位でツアーデスクにて回収、返却は昼食時	*この時点で部屋を チェックアウト
		◎	室長はツアーデスクにルームキーを返却	
9:00	ゲレンデ集合 実習前点呼		開校式の隊列に整列 フリー滑走	*フリー滑走時の諸注意 ・スピードを出しすぎない ・周りの迷惑にならない ようにする (よく確認すること)
10:30	フリー滑走終了 集合		開校式の隊列に整列 (レンタル返却方法について) ※班ごとに、スキー板・ストック・スノーボード板をゲレンデで返却 ※ブーツ・小物3点セット・ヘルメットはアリーナで返却 ※ウェア上下は更衣後アリーナで返却 更衣場所【男子：アリーナ 女子：大宴会場】 荷物をアリーナにおいて、食事会場へ集合	*ゼッケンも返却
11:15	昼食	◎	3F「アラスカ」で昼食 *貴重品返却	
12:00	バス移動 バス内点呼完了	◎	昼食後、アリーナへ移動し、大きな荷物を持ってバスへ乗車 バス内点呼 (必ず出発前にトイレに行くこと)	
12:15	ホテル発		点呼：担当の教員	
14:30	小樽駐車場着	◎	小樽班別研修開始、各班で行動すること 本部：カフェテリア	※ホテルでは、部屋から 出ずに過ごすため、こ こで夜までの飲料等を購 入しておくこと
16:30	バス乗車点呼完了 小樽発		★「北一硝子」近くの駐車場に集合する ※トイレを済ませてからバスに乗車すること ※時間厳守	
18:00	キンピール園着		食事会場：ポプラ館 ※指示に従い、速やかに着席する	
19:50	キンピール園発 ※時間差を付けて 出発		バス内にて ※備品点検用紙を配布 ※荷物整理の案内	
20:30	ホテル着		★一般の宿泊客もおられるので、くれぐれも騒がないようにする ★ホテル内が狭いので、行動に注意する ★部屋から出ずに、部屋で静かに過ごす ★エレベーター利用可能 ★室長は備品点検用紙を記入し、室長会議に持参する事 会場：札幌ビューホテル 地下B2宴会場『ピアリッジホール』	
21:00	室長会議			
21:40	就寝準備			
21:50	就寝前点呼	◎	点呼：担当の教員	
22:00	消灯・就寝			

5 日 目：2 月 2 1 日（金）

時間	時間	行程	点呼	内容	備考
B 班 7:00	A 班	起床		全員：部屋の清掃・整理整頓 室長：部屋の清掃・整理整頓確認	
		健康観察報告	◎	①体調不良者がいれば報告に同伴 ②担当の教員に健康観察報告	
7:30		朝食(3・5・8組)			
7:40		朝食(2・6組)		地下 B2 宴会場『ピアリッジホール』で朝食	
	7:50	朝食(4・7組)			
	8:00	朝食(1・9組)			
9:00	9:30	部屋の点検 荷物の移動		荷物移動 地下 B2 宴会場『ピアリッジホール』にスーツケースを持って くこと。スーツケースはクラス毎に並べて保管 室長は食事会場前でルームキーを返却	
		ホテル発		点呼：担当の教員 点呼完了した班から出発 航空機の班毎に集合時間が違うので注意すること 班別自主研修・各自昼食 本部：テレビ塔下 ☆トイレ休憩なしの為、必ず済ませてから集合すること	
12:20	12:40	テレビ塔下に集合 バス乗車	◎	点呼：担当の教員	
		点呼完了			
12:30	12:50	札幌発		《千歳空港到着前の諸注意》 ①航空券を配布するので各自保管し無くさないように ②到着後、荷物を持って、チェックインカウンターに移動 ③機内持ち込み出来る荷物 1 個まで ④金属類、ペットボトル等の取り扱い（往路と一緒）車内ゴミ の回収 忘れ物がないか点検	
14:00	14:20	新千歳空港着	◎	・ J T B 添乗員の誘導で空港内通路の集合場所に移動	
		航空券配布 荷物預け		・ 航空券配布 ・ 航空券を手を持ち、順にチェックインカウンターに移動し、 荷物を預ける ・ 再集合の後、時間があれば、買い物時間を取る	★預け荷物のクレ ームタグは各自管 理 ※必要であれば、 機中の軽食を購入 しておくこと
15:00	15:20	再集合		点呼：担当の教員 点呼完了後、手荷物検査へ移動	
		手荷物検査		手荷物検査を受け、搭乗ゲートへ移動 乗車したバスごとにゲート前で待機（トイレ可） ・ 搭乗ゲート前での買い物は禁止	
15:40	16:00	搭乗前点呼		点呼： 担当の教員 後方座席のクラスより搭乗 JAL2010/ANA778	
15:55	16:15	新千歳空港発		機中での食事可	
18:00	18:15	空港着	◎	ターンテーブルで荷物受取	
18:50	19:10	空港発	◎	空港でトイレ休憩 バス乗車	
19:40	20:00	湊川神社着 解散			