

アイススケート教室参加時の注意事項

無料レンタルヘルメット



XS～Lサイズがあります。
怪我防止のため、滑走中は
必ず着用してください。

※頭部の怪我防止のためにヘルメットを
※身体の怪我防止のために肌を覆う服装を

5本の指にわかれて
いて指先まで覆う
手袋



靴下は厚すぎず
スケート靴よりも
長いものを



防寒着は脱ぎ着が
しやすいもの

動きやすい
長そで

動きやすい
長ズボン

無料レンタルスケート靴



15cm～32cmがあります。

大きめサイズのため、普段履いている運動靴
より0.5cm小さいものを選んでください。

アイススケートチャレンジに必要なもの

・ 防寒着・長袖・長ズボン・5本指の手袋・長めの靴下

(濡れたり、汗をかく可能性があるので、心配な場合は着替えがあるとよいです)