2016 年度　470級強化練習会⑤

目　　的　　本事業は 2020 年東京オリンピック、それ以降のオリンピックでのメダル獲得に向け、ダブルハンド（470 クラス）の特別強化選手・NF 強化選手・次世代選手の強化練習会を開催する。

1. 主　　催　　公益財団法人日本セーリング連盟（JSAF オリンピック強化委員会）

2. 開催時期　　2016 年 7 月 16 日（土）～7 月 29 日（金） 14 日間

3. 開催会場　　江の島ヨットハーバー
住所：江の島1丁目12ー2 ・0466-25-2211

4. 合宿内容　　1)　陸上トレーニング
2)　海上トレーニング
3)　講習会（海上練習フィードバック）

5. 参加資格　1）2016 年ジュニアワールド日本代表選手
2）JSAF オリンピック強化委員会より参加承認を得たもの
3）特別強化選手・NF 強化選手
4）2016 年（公財）日本セーリング連盟会員であること
5）日本 470 協会会員であること

6. 種　　目　　470 クラス

7. 合宿参加費、振込先
①2016 NT 選手・特別強化選手・NF 強化選手
選手 1 名 35,000 円（合宿参加料、合宿期間中の宿泊、食費を含む）
※下記口座へ振り込み願います。
②それ以外の参加選手
選手 1 名/1500 円×参加日数（宿泊費・食費は含まれない）
※練習会初日に参加費の徴収を行う。搬入代については各自で支払いの事。

送金口座:三菱東京 UFJ 銀行 渋谷中央支店（普）1192461 公益財団法人 日本セーリング連盟　　*
参加者の氏名で振り込むこと
良い例 ○ ナカムラ　ケンイチ　　悪い例　×○○(株)、○○大学

9. 交通費補助　**※特別強化選手・NF 強化選手は交通費（公共機関）を全額補助します。**

自宅から江ノ島ヨットハーバーまでの道のりが、片道 20 キロ以上の選手に、日本国内の自宅から片瀬江ノ島駅までの JR の往復交通費を支払う。 遠方の選手は航空機の利用を可とするが、その場合可能な限り割引運賃を利用すること。 利用航空会社または旅行代理店の領収書ならびに、搭乗証明書を提出すること。

10. 参加申込手続き方法・期日

参加申込：2016 年　7 月 4 日（月）〆切　　厳守

自己推薦書兼参加申込書（データ）にて下記宛に Email で参加申し込みを行う。

オリンピック強化委員会　　中村健一

jpnolympic[at]gmail.com　　[at]は、＠に変更してください。

＊参加者が未成年（18才未満）の場合の親権者の署名、捺印をして PDF ファイルでの送付をお願いします。

11. コーチ、スタッフ　　JSAF オリンピック強化委員会　中村健一　中村健次

12. スケジュール

日程	時間	内容	備考
7 月 16 日	～17:00 17:30～ 18:00～ 19:00～	移動・準備（17 日の朝から練習ができるよう準備しておくこと） かきや旅館集合 夕食 ミーティング	昼食は各自で用意
7 月 17 日～ 7 月 28 日	7:00～ 7:30～ 9:00～ 10:00～12:00 12:00～ 13:30～17:00 18:00～	フィジカルトレーニング（ランニング・サーキット） 朝食 ミーティング 海上練習（コース練習） 昼食・ミーティング 海上練習（コース練習） ミーティング ＊体力測定実施します。	＊ルール勉強会開催予定（ルールブック持参の事） ＊NT・特別強化選手・NF 強化選手は昼食用意します。 ＊その他の選手各自で用意
7 月 29 日	7:00～ 7:30～ 9:00～ 10:00～12:00 13:00～	フィジカルトレーニング（ランニング・サーキット） 朝食 ミーティング 海上練習（コース練習） ミーティング、終了後解散	

(注)スケジュールに関しては変更することがある。（気象状況で練習時間内容等の変更あり）

13. 保　　険　　参加選手は任意の傷害保険、賠償保険（対物 500 万円以上、対人 3,000 万円以上）に加入のこと。

＊JSAF　HPに記載の JSAF保険制度

http://www.jsaf.or.jp/hoken/index.htm

14. 責　　任　　参加者は、自己の責任において、この合宿に参加するものとする。主催団体、またはこの練習会に関わる運営役員、ボランティアは、参加者の合宿前、合宿中、合宿後の死亡、怪我、病気またはその他の物質的な損害についての責任を負わない。

15. そ の 他　　1）健康保険証を持参のこと。

2）ルールブック・筆記用具

3）トレーニングウェア＆シューズを持参のこと。

16. 問合せ先　　オリンピック強化委員会　　中村健一

jpnolympic[at]gmail.com　　[at]は、@に変更してください。

本合宿はスポーツ振興くじの助成を受けて実施されます。