

2017 年度 ナショナルチーム合同強化合宿開催要項

- 目的 東京オリンピックに向けて、ナショナルチーム選手全クラス合同合宿を行う。海外遠征、国内合宿など強化活動を実施していく上でメディカル、フィットネス、栄養など様々なカテゴリーの講習を受け、アスリートチェック検査を含めて現状での心身の状態を選手個人で認識することを目的とし、ナショナルチームとしての心得を学ぶ事を目的とする。
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 2017 年 2 月 8 日 (水)～2 月 10 日 (金) 3 日間
3. 開催会場 独立行政法人 国立スポーツ科学センター
所在地: 〒115-0056 東京都北区西が丘3-15-1
TEL: 03-5963-0203 (JISS運営部サービス事業課)
アクセス: <http://www.jpnsport.go.jp/jiss/access/tabid/59/Default.aspx>
4. 参加資格 1)2017 年 NT 選手
2)特別強化対象選手
5. 合宿参加費、振込先
選手 1 名 9,000 円 (合宿参加料、合宿期間中の宿泊、食費を含む)
※1 月 31 日までに 下記口座へ振り込み願います。
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
振込の際、氏名の前に**数字 4 桁=0208=を付記**して、参加者の氏名で振り込むこと(チーム単位はスキッパー名で)
良い例 ○ 0208 ウラシマ ハナコ 悪い例 × ○○(株)、○○大学
6. 交通費補助 **※特別強化選手も交通費(公共機関)を補助をします。**
日本国内の自宅から JR 赤羽駅、または地下鉄・本蓮沼駅までの鉄道往復交通費を後日、銀行振り込みで補助する。 航空機利用者は、事前に予約し割引運賃を利用し航空会社または旅行代理店発行の E チケット控え及び領収書を持参すること。 航空機利用の場合は事前にオリ強へ航空運賃を連絡のこと。
7. 参加申込 NT 選手は全員参加を義務付ける。1 月 31 日までに合宿費振込で確認する。
特別強化対象選手で今回参加できない選手は後日のメディカル検査を調整して実施する。
チームコーチ、マネージャー等のミーティング・講習への参加は可能。1 月 25 日までにメールにて申込みすること。(JISS 宿泊は満室)

8. スケジュール

日程	時間	内容	備考
2月7日	～21:00	前泊の選手・役員は21時までにJISSへチェックインすること	夕食は含まれていません
2月8日	9:00 17:00～17:30 18:45～21:00	朝食(各自でJISS 7F 食堂) JISS 2F 研修室 A 集合・説明 → 1F クリニック、3F 生理学実験室 昼食(JISS 7F) 個々のプログラムに合わせる JISS でのトレーニングを希望する選手はすきま時間を使ってトレーニング講習(個別相談) メンタルトレーニングについて 2F 研修室 A 終了後、夕食 JISS 2F 研修室 A オリ強 ミーティング(オリエンテーション、NT 規定・補助・事務関連の説明、日の丸セーラーズと肖像権、スケジュールリング、東京へ向けての情報共有ほか)	健診、運動できる服装で集合
2月9日	9:00～ 11:30～13:30 14:00～ 14:30～17:30 19:00～20:30	メディカルチェックグループ 1F クリニック集合 運動測定グループ 3F 生理学実験室集合 昼食 各自プログラムに合わせる 研修室 A にて顔写真撮影 全体集合写真撮影 NF 体力測定 (1F 陸上練習場、4F トレ体など) 終了後、夕食 ルール講習(新ルール説明、東京へ向けてのルール対策など) 2F 研修室 A	
2月10日	9:00～ 9:15～10:15 10:30～12:00 13:00～14:00 14:00～	JISS 2F 研修室 A 集合 アンチドーピング 講習 気象 講習(江の島の潮と風対策、Weathernews ディスカッション、グループワーク) 昼食 栄養 講習 フィードバック、トレーニング講習(講義) 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。

9. その他
- 1) 選手の宿泊は委員会が用意する。JISS に 7 日前泊から全員が宿泊する。(近隣からで不要の選手は 1 月 20 日までに連絡すること)
 - 2) 健康保険証を持参のこと。
 - 3) NT 誓約書に署名、捺印し提出のため、必ず印鑑を持参のこと
 - 4) ルールブック・筆記用具持参のこと
 - 5) トレーニングウェア&屋内シューズを持参のこと
 - 6) アスリートチェックの前後日を利用して JISS でトレーニングを組む場合は各自で予約をすること
 - 7) アスリートチェックに支障が出ないように、チェック数日前から体調管理に努めること(前日の過度な運動などは控える)

10. 問合せ先
- オリンピック強化委員会 齋藤愛子
aiko[at]tokyo.so-net.jp [at]は、@に変更してください。