

# 2019年セーリングトライアル

(@和歌山ナショナルトレーニングセンター)

- 目 的 本トライアル事業は、「メダルポテンシャルアスリート（MPA）の好循環化プロジェクト（末尾資料1参照）」の一環として、セーリングオリンピッククラスとそのパスウェイクラスにおいて将来有望となり得る選手を発掘することを目的とする。
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（オリ強）
2. 協 力 和歌山ナショナルトレーニングセンター（NTC）
3. 開催時期 2019年10月19日（土）～10月21日（月）3日間  
※原則全日程参加できる選手を対象とする（やむを得ず全日程参加できない選手は要相談）。  
※可能な限り、初日（10/19）の保護者とのコミュニケーションにご参加ください。
4. 開催場所 和歌山NTC  
〒641-0014 和歌山市毛見 1514 和歌山マリーナシティ内  
TEL.073-448-0251、FAX.073-494-3252
5. 応募資格 1) JSAF 会員である者  
2) オリンピックを目指した（パスウェイクラスも含む）活動を行う意志が明確にあり、オリ強による強化プログラム（末尾資料1参照）を実施できる者（保護者の理解が得られる者）  
3) 2019年12月31日時点の年齢が15～20歳の者  
（生年月日1994年1月1日から1999年12月31日）  
4) セーリング競技における全国大会および国際大会への出場経験を有する者（クラス不問）  
5) 身長が男子175cm以上、女子165cm以上の者  
6) フィットネスチェックの目標値（末尾資料2参照）をクリアできる自信がある者
6. 内 容 1) 第1次審査（申込書による書類審査を実施、通過者のみ第2次審査へ進む）  
2) 第2次審査（**第1次審査通過者のみ**）  
①海上トライアル（艇試乗、適正チェック）**※トライアル艇は主催者が準備する**  
②フィットネスチェック  
（ベーシックテスト:腕立伏せ、斜懸垂、上体起こし、立幅跳び、反復横跳び、シャトルラン）  
③各種講習（フィジカル、ルール、栄養）  
※各種講習は、保護者の方も任意で参加可能。  
④選手および保護者とのコミュニケーション（持病・怪我歴、競技・生活・学業部活環境など）

※各選手および保護者と個別にコミュニケーションの時間を設ける

7. 対象クラス ターゲットとなるオリンピッククラスおよびそのパスウェイクラス
- 1) スキフクラス (49er 級・49erFX 級、29er 級)
  - 2) マルチハルクラス (Nacra17 級、Nacra15 級)
  - 3) ウィンドサーフィンクラス (RS:X 級、RS:X 級ユースクラス)

8. 参加料 **第2次審査参加選手のみ** 15,000 円 (交通費・宿泊費全額支給、昼食支給)

※選手以外 (保護者・関係者) 自己負担。

※下記口座へ振り込みしてください。

送金口座： 三菱 UFJ 銀行 渋谷中央支店 普通口座 No. 1192461 ザイ)) ニホンセーリングレンメイ  
振込の際は、参加者の氏名の前に 数字 4 桁 **【1019】** を加えて記入する。(通帳での入金確認が簡便なため)  
良い例： 1019 タナカイチロウ 悪い例：〇〇会社 〇〇大学 等

9. 交通費・宿泊費補助

**第2次審査参加選手は、国内交通費 (公共機関) を全額補助する。**

日本国内の自宅最寄り駅から会場最寄り駅までの鉄道・バス距離が片道 20km 以上の選手に、往復運賃を支払う。遠方の選手は航空機の利用を可とするが、その場合可能な割引運賃を利すること。利用航空会社または旅行代理店の発行領収書、および E チケット控え (もしくは搭乗券控え又は搭乗証明書) を提出すること。(航空機利用の場合は参加申し込み時に申し出ること)

選手の宿泊予約と宿泊施設から活動場所 (NTC) までの選手の送迎は、すべて主催者が準備する。また、保護者の宿泊予約を希望する場合は、申込書に記入の上、提出すること。保護者の宿泊費用は、各自自己負担とする。

交通費の精算は合宿終了後振り込みにて行うので、選手の個人名義口座 (銀行、ゆうちょ等) の口座番号を受付時に申し出ること。

10. 申込手続き方法

**参加申込期日：2019年9月30日(月) 〆切厳守**

自己推薦書兼参加申込書 (エクセルデータ) を下記宛に Email で参加申込を行う。

宛先：萩原正大 メールアドレス：[mhagim@gmail.com](mailto:mhagim@gmail.com) ※「あ」を@に変えて送信すること。

※全日程参加出来ない選手はその旨申し出る事。

申込〆切後、10月4日までに第1次審査の結果を応募者に連絡する。

**第2次審査参加者のみ速やかに参加料 (15,000 円) を振込むこと。**

第2次審査参加者は、和歌山 NTC での受付時に親権者の署名・捺印入りの申込書を印刷・持参して提出すること。



## 11. 事業推進スタッフ

JSAF オリ強スタッフ、和歌山 NTC スタッフ

## 12. スケジュール

日程	時間	内容	備考	
10月19日	10:00～	集合・受付、趣旨説明・同意書、内容説明		
	10:30～	フィットネスチェック（腕立伏せ、斜懸垂、上体起こし、立幅跳び、反復横跳び、シャトルラン） 保護者とのコミュニケーション		
	13:00～	昼食		昼食は主催者が準備
	14:00～	海上トライアル		
	17:00	終了、片付け、宿泊施設に移動		送迎は主催者が準備
10月20日	9:00～	集合、内容説明	送迎は主催者が準備	
	9:30～	選手とのコミュニケーション、フィジカルアップ講習	昼食は主催者準備	
	12:00～	昼食		
	13:00～	海上トライアル		
	15:00～	終了、片付け、解散		
	15:30～	栄養講習	保護者も受講可	
	17:00	終了、片付け、宿泊施設へ移動	送迎は主催者が準備	
10月21日	9:00～	集合、内容説明	送迎は主催者が準備	
	9:30～	海上トライアル		
	12:00～	昼食	昼食は主催者準備	
	13:00～	ルール講習		
	15:00～	終了、解散		

※スケジュールに関しては、諸々の状況（気象状況、進行状況、等）により変更する。

## 13. 保 険

参加選手は任意の傷害保険、賠償責任保険（対物 500 万円以上、対人 5,000 万円以上）に加入のこと。

\*参考情報：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、この事業に参加するものとする。

主催者団体またはこの事業に関わる運営役員・ボランティア等は参加者が自宅を出てから帰着するまでの間の、身体傷害、病気またはその他、物質的な損害についての責任は負わないものとする。

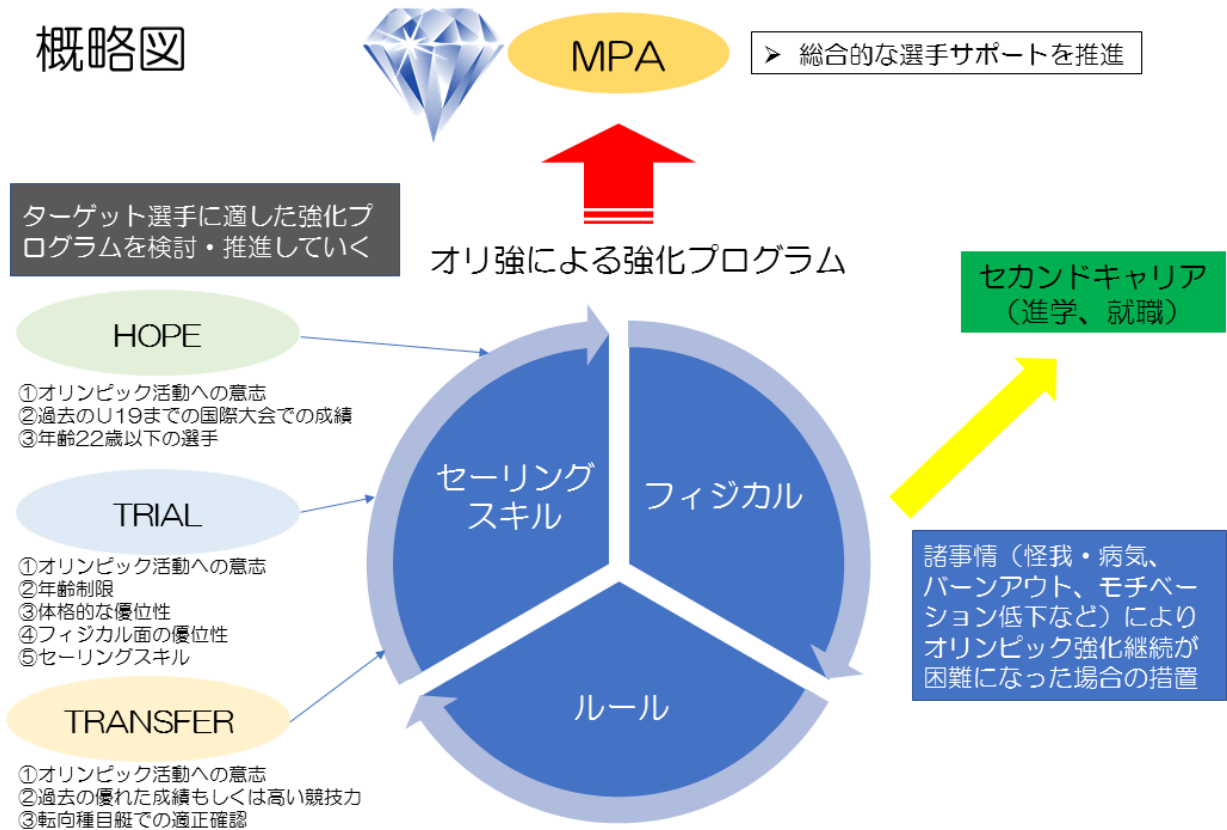
## 15. その他

1) 健康保険証を持参のこと、2) 海上活動と運動の準備（衣類・靴）、3) ルールブック

## 16. 問合せ先 オリンピック強化委員会 担当者 萩原正大

メールアドレス：mhagim あ gmail.com 「あ」を@に変更して送信すること

●資料 1：MPA の好循環化プロジェクト（概略図）と強化プログラム



オリ強による強化プログラム

- 日常的な練習サポート
  - ・対象選手の学業や生活環境に見合った強化活動 (例：放課後練習、週末練習、長期休暇練習など)
- 強化合宿
  - ・ナショナルチーム等の強化選手との合同強化
- フィジカル
  - ・定期的なフィットネスチェックの実施
  - ・専門スタッフによるコンサルティング (NTCやJISS利用)
- 海外遠征
  - ・オリ強スタッフによる指導およびサポート
  - ・アントラーシュの構築 (ルール、栄養、ケア)
- ルール
  - ・ルールアドバイザーによるルール学習 (講習、課題学習など)

●資料 2：フィットネスチェック目標値 ※詳細は別添資料参照

測定項目	男子	女子
腕立伏せ（回）	30	15
斜懸垂（回）	30	15
上体起こし・30秒（回）	35	30
上体起こし・60秒（回）	60	55
立幅跳び（cm）	265	210
反復横跳び（回）	60	55
シャトルラン	130	105