

2020年3月 合同合宿 (@和歌山ナショナルトレーニングセンター)

背景・目的 2020年東京オリンピック以降、当委員会は、月1回の複数クラス合同合宿を実施していきたいと考えています。この合宿では、セーリング競技のパフォーマンスに必要な要素（セーリングスキル、フィジカル、ルール、ウィンドストラテジー）の向上のほか、クラスを超えたコミュニケーション機会の構築による相乗的なパフォーマンス向上を目指していきます。今後、各クラスの2020年東京オリンピックまでの強化プランを考慮した上で、徐々に複数クラス合同での実施に向けて調整していきたいと考えています。本合宿では、2019年10月実施のトライアル合格選手を中心に49erFXクラス、Nacra17クラス、RSXクラス合同合宿を実施します。

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 ①2020年3月15日（日）～3月19日（木） 5日間
3. 開催場所 和歌山ナショナルトレーニングセンター
〒641-0014 和歌山市毛見 1514 和歌山マリーナシティ内
TEL.073-448-0251
URL: <http://www.wakayama-sailing.org/newsailingclub/access.html>
4. 合宿内容 1) 海上練習 2) トレーニング
5. 参加資格 1) 2019年10月末トライアル合格選手、2019年および2020年ナショナルチーム（NT）、HOPE選手、NF強化選手
2) 上記1)選手以外でJSAFオリンピック強化委員会より参加承認を得たもの
6. 種 目 49erFXクラス、Nacra17クラス、RSXクラス（10月トライアルでの対象クラス）

7. 合宿参加費

①遠方選手で宿泊が必要な選手（宿泊・昼食は主催者手配、交通費補助あり）

選手1名/日 4,000円 × 参加日数

※参加申込後、参加承認と振込金額を確認後振込んでください

※今回は、前泊の準備はありませんので当日集合してください

②近隣在住選手で宿泊不要・交通費補助不要の選手（昼食は主催者準備）

選手1名/日 1,500円 × 参加日数

※上記①②いずれの選手も全日程参加できない選手は要相談。また、別途ハーバー使用料を現地にて支払うこと。

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【0315】を加えて記入する。
 数字4桁は、合宿の開始日とする(通帳での入金確認が簡便なため)
 良い例： 0315 タナカイチロウ 悪い例：〇〇会社 〇〇大学 等
 注) チームもしくは複数選手で一括送金の場合は連名で記載： 0315 タナカ・ヤマダ

8. 交通費補助

上記7. ①の選手で、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用すること。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)

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確認する。

9. 申込手続き方法

参加申込期日：2019年2月23日(日)

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。

参加申込後、参加承認の連絡後、参加料を振込むこと。

宛先：萩原正大 メールアドレス：mhagim@gmail.com

※参加者が未成年(18才未満)の場合、参加申込データ(エクセル)送付に加え、親権者の署名・捺印入りの申込書をPDFファイルもしくは写真ファイルで送信すること。

※全日程参加出来ない選手はその旨申し出る事。

10. コーチ、スタッフ

JSAF オリンピック強化委員会スタッフ

11. スケジュール

日程	時間	内容	備考
3月15日	13:00~	集合：全体ミーティング(和歌山NTC) クラス別ブリーフィング	
	14:00~	フィジカル(ウォーミングアップ、陸上での身体の使い方確認)、その後、海上練習	
	17:00~	終了、フィジカル(セルフケア)、ミーティング	
	18:30~	夕食	
3月16日 ~3月18日	9:00~	集合：全体ミーティング(和歌山NTC) クラス別ブリーフィング	

	10:00～ 12:00～ 13:30～ 16:30～ 17:00～ 18:00～	フィジカル（ウォーミングアップ、陸上での身体の使い方確認）、その後、海上練習 昼食 海上練習 トレーニング（セルフケア） 終了、宿泊先へ移動 夕食、夕食後クラス別ミーティング	昼食は主催者準備
3月19日	9:00～ 10:00～ 13:30～ 15:00	集合：全体ミーティング（和歌山NTC） クラス別ブリーフィング 海上練習 昼食 解散	

* スケジュールに関しては、変更することがある。（気象状況等で、練習時間・スケジュールの変更があります）当日の朝お知らせします。

12. 宿泊場所

ガーデンホテルはやし 住所：〒641-0012 和歌山県和歌山市紀三井寺
電話：073-444-1004

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。

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・練習会に参加するものとする。

主催者団体またはこの合宿・練習会に関わる運営役員・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) ルールブック・ケースブック・筆記用具、3) トレーニングウェア・シューズ

16. 問合せ先 オリンピック強化委員会 萩原正大

メールアドレス：mhagim@gmail.com 携帯電話：080-4383-9240



私たちはスポーツ振興くじ
助成を受けています。

