

## 420 強化合宿(発掘育成)②

### 1. 目的

本事業は、420 クラス HOPE ユース ADVANCE 選手を対象とし、2024 年ユースワールドでのメダル獲得に向けて帆走技術/セーリング理解力/フィジカル等、総合的なセーリングパフォーマンスの向上を目的に開催します。

### 2. 主催・協力

主催：公益財団法人日本セーリング連盟 オリンピック強化委員会

協力：和歌山県立医科大学げんき開発研究所

### 3. 開催期間

2024 年 3月13日（水）～2024 年 3月17日（日）（5日間）

※12 日に夜集合にて前泊予定

### 4. 開催会場

和歌山県 ナショナルトレーニングセンター(NTC)

### 5. 合宿内容

- 1) 海上トレーニング
- 2) フィジカルトレーニング
- 3) セーリング講習

### 6. 参加資格

HOPE ユース ADVANCE 選手(420)

### 7. 使用艇

420

## 8. 合宿参加費

選手1名 18,500円 (合宿参加料、交通費、合宿期間中の宿泊、食事含む)

振込先

送金口座:三菱 UFJ 銀行 渋谷中央支店 (普) 1192461 ザイニホンセーリングレンメイ

振り込みは参加者の氏名で振り込むこと。

氏名の前に数字 4 桁【0223】を加えて記入する。

良い例 : 0312 ヤマダ マコト 悪い例 : ○○会社 ○○高校 等

## 9. 交通費補助

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 (国内線に限る) 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います、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. 参加申込手続き方法

自己推薦書兼参加申込書 (データ) に必要事項を記載し、下記宛に Email で参加申し込みを行う事。

メールアドレス : makoy3300[at]gmail.com (※[at]は、@に変更のこと)

※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 ファイルにて送付のこと。

**参加申込提出期限 : 2024 年 3月5日 (火) (〆切厳守)**

## 11. 宿泊先

紀三井寺ガーデンホテルはやし 予定 (変更の場合は追って連絡する)

住所 : 〒641-0012 和歌山県和歌山市紀三井寺 673・073-444-1004

## 12. スケジュール

3月12日 移動（夜宿舎入り）

3月13日～3月16日

7:00～	ウォーミングアップ
7:30～	朝食
8:15～	ブリーフィング
8:45～	艀装
9:30～	海上練習
12:00～	帰着
12:30～	昼食
13:30～	海上練習
16:00～	帰着
16:30～	フィジカルトレーニング
18:00～	夕食
19:00～	デブリーフィング・セーリング講習

3月17日

7:00～	ウォーミングアップ
7:30～	朝食
8:15～	ブリーフィング
8:45～	艀装
9:30～	海上練習
13:00	帰着
13:30～	昼食
14:15～	デブリーフィング
14:30～	フィジカルトレーニング
16:00～	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 ウェブサイトに記載の 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、スタッフ、ボランティアは、参加者の移動中、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・ケースブック・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 山田 真 メール : makoy3300 [at] gmail.com [at]は、@に変更のこと。



この事業は、競技力向上事業助成金を受けて実施されています。