

2024 年 ILCA 強化合宿（発掘育成）⑥

0. 目的

本事業は、ILCA クラス HOPE 選手を対象とし、種目別ワールド、ユースワールドでのメダル獲得に向けて帆走技術、フィジカル、スキル、知識、人間力を高める事を目的として開催する。

1. 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

2. 開催時期

2025 年 1 月 21 日（火）～2025 年 1 月 29 日（水）（9 日間）

3. 開催会場

沖縄県 座間味島

4. 内容

- 1) 海上練習
- 2) 陸上トレーニング

5. 参加資格

- 1) HOPE 選手、HOPE ユース選手

6. 合宿参加費

38,000 円

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

参加者の氏名で振り込むこと。氏名の前に数字 4 桁【0121】を加えて記入する。

良い例：0121 サンブ タイセイ 悪い例：〇〇会社 〇〇高校 等

7. 交通費補助

HOPE 育成選手は交通費（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（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**

8. 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。

メールアドレス:taisei1102[at]yahoo.co.jp （※[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:2025 年 1 月 15 日(水)（※切厳守）

9.参加コーチ、スタッフ

JSAF オリンピック強化委員会、その他協カスタッフ（フィジカル）

11. スケジュール

日程	時間	内容	備考
1 月 21 日	09:00	高速船移動	那覇に前泊 天候によりフィジカル
	10:00	艇準備	
	12:00	昼食	
	13:00	海上練習	
	16:30	フィジカルトレーニング	
	18:00	ミーティング	
	18:30	宿へ移動	
	19:00	夕食	
1 月 22 日	7:00	起床、ウォーミングアップ	天候によりフィジカル
	8:00	朝食	
	8:30	宿出発	
	9:00	海上練習	
	12:30	昼食	
	13:30	海上練習	
	16:30	フィジカルトレーニング	
	18:00	ミーティング	
	18:30	宿へ移動	
	19:00	夕食	

1月29日	07:00	起床、ウォーミングアップ	
	8:00	朝食	
	8:30	宿出発	
	9:00	海上練習	
	12:00	艇片づけ	
	14:00	移動→那覇 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)

12. 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>

13. 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。

14. 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。
- 4) 各自使用しているプロテイン・EAA を持参のこと。

15. 問合せ先

オリンピック強化委員会 三部 泰誠

メール : taisei1102 [at] yahoo.co.jp [at]は、@に変更のこと。



本合宿は、スポーツ振興くじ助成金を受けて実施されています。

