

## 2024 年 ILCA 強化合宿（発掘育成）①

### 0. 目的

本事業は、ILCA クラス HOPE ADVANCE 選手を対象とし、種目別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

2024 年 6 月 8 日（土）～2024 年 6 月 13 日（日）（6 日間）

### 3. 開催会場

江ノ島ヨットハーバー

### 4. 内容

ILCA7

#### 1) 海上練習 2) 陸上トレーニング

### 5. 参加資格

1) HOPE ADVANCE 選手

### 6. 合宿参加費

19,000 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【0608】を加えて記入する。

良い例：0608 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)に必要な事項を記載し、下記宛に Email で参加申し込みを行う。

メールアドレス:sanka[at]Wakayama-sailing.org (※[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5月26日(日) (※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)

## 10. 宿泊先

かきや (神奈川県藤沢市腰越)

## 11. スケジュール

日程	時間	内容	備考
6月8日	15:00~	自艇搬入、艇準備	夕食なし
	17:00~	前入り(各自ホテルチェックイン)	
6月9日 ~12	7:30	健康チェック、体操ストレッチ	
	8:00	朝食	
	8:30	宿出発	
	9:00	海上練習	
	16:00	フィジカルトレーニング	
	18:00	宿へ移動	
	18:30	夕食	
19:30	ミーティング		
6月13日	7:30	健康チェック、体操ストレッチ	
	8:00	朝食	
	8:30	宿出発	
	9:00	海上練習	
	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)

## 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。