

2026 年 ILCA 強化合宿（発掘育成）①境港

0. 目的

本事業は、ILCA クラス HOPE ユース選手を対象とし、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

2026 年 4 月 1 日（水）～2026 年 4 月 5 日（日）（5 日間）

3. 開催会場

鳥取県 境港

4. 内容

ILCA6

1) 海上練習 2) 陸上トレーニング

5. 参加資格

1) HOPE ユース選手

6. 合宿参加費

35,000 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【0401】を加えて記入する。

良い例：0317 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: application-oly-kyou[at]jsaf.or.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:2026年3月27日(金) (※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 |
|--------|-------|----------------|----|
| 4月1日 | 12:00 | 移動 艇準備 | |
| | 13:30 | 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 | |
| | 19:00 | ミーティング | |
| 4月2~4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 | |
| | 12:00 | 昼食 | |
| | 13:00 | 海上練習 | |
| | 16:00 | フィジカルトレーニング | |
| | 18:00 | 夕食 | |
| | 19:00 | ミーティング | |
| 4月5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 | |

| | | | |
|--|-------|--------|--|
| | 12:00 | 昼食 | |
| | 15:00 | 片付け 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。