

## 第3期 HOPE 育成プログラム (basic 第10回)

### 0. 目的

本事業は、2024年・2028年までのWorld Sailing (WS) ユースワールド大会やオリンピッククラスのジュニアワールド大会でのメダル獲得を目標とし、第3期 HOPE 育成プログラムを通じて、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. 協力

和歌山セーリングクラブ

### 3. 開催時期

2023年10月19日(木)～2023年10月22日(日)　(4日間)

### 4. 開催会場

和歌山セーリングセンター

住所：和歌山県和歌山市毛見 1514

### 5. 合宿内容

1) 海上トレーニング　2) 陸上トレーニング　3) 講習会・勉強会

### 6. 参加資格

- 1) 2023年第3期 HOPE 育成選手
- 2) オリンピック強化委員会が参加を認めたもの
- 3) 2023年度(公財)日本セーリング連盟会員であること

### 7. 使用艇

29er・420・ILCA6・IQFOIL

### 8. 合宿参加費

①HOPE 育成選手

28,000円

②一般参加選手

1,500 円/日 (合宿中の宿泊代、食事代は含まない。別途徴収する。)

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

参加者の氏名で振り込むこと。氏名の前に数字 4 桁【1019】を加えて記入する。

良い例: 1019 イイジマ ヨウイチ 悪い例: ○○会社 ○○高校 等

9. 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**

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。

メールアドレス: [sanka\[at\]Wakayama-sailing.org](mailto: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:2023 年 10 月 5 日(木) (※切厳守)**

11.参加コーチ、スタッフ

JSAF オリピック強化委員会、その他協カスタッフ(ルール・フィジカル・メンタル・栄養)

12. 宿泊先 海南スポーツセンター

住所: 〒684-0051 和歌山県海南市船尾 260-3 電話: 073-486-2871

13. スケジュール

日程	時間	内容	備考
10 月 18 日	17:00~	スポーツセンターチェックイン	夕食なし
10 月 19 日~	7:05~	ランニング	
10 月 21 日	7:45~	朝食	
	8:30~	宿泊先出発	
	9:00~	全体ミーティング	
	9:30~10:30	講習会	
	10:45~11:45	フィジカルトレーニング	

	12:00～13:00	昼食（後片付け）	
	13:30～17:00	海上練習	
	17:30～	デブリーフィング	
	18:00～	夕食	
	20:00～	英会話講習	
10月22日	7:05～	ランニング	
	7:45～	朝食	
	8:30～	宿泊先出発	
	9:00～	全体ミーティング	
	9:30～11:30	海上練習	
	12:00～13:00	昼食（後片付け）	
	13:00～14:00	フィジカルトレーニング	
	15:00～16:00	振り返り	
	16:00～16:30	閉式・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)

#### 14. 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>

#### 15. 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。

#### 16. 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) ヘルメット・ハーネスを持参のこと。
- 5) コロナ禍下での練習等活動についてのガイドライン(※)に基づき体調管理等に留意し、本ガイドライン及び行政措置に従うこと。

※[https://jsaf-osc.jp/data/coronavirus\\_crisis\\_activity\\_guideline\\_1.pdf](https://jsaf-osc.jp/data/coronavirus_crisis_activity_guideline_1.pdf)

#### 17. 問合せ先

オリンピック強化委員会 飯島洋一



メール : kigata\_ijijima [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。

