

## 2010年第1回レーザーラジアルクラス(女子)

### NT合同強化合宿(開催公示)

趣 旨 国内において海外で通用する基礎技術を習得し、2010年レーザーラジアルクラス世界選手権大会において上位成績の獲得を目指す有力選手の競技力向上を図る。

1. 主 催 財)日本セーリング連盟(オリンピック特別委員会)

2. 後 援 日本レーザークラス協会

3. 協 力 日本レーザークラス協会強化委員会

4. 日 時 2010年6月10日(木)～6月13日(日) 4日間

5. 場 所 和歌山セーリングセンター  
〒641-0014  
和歌山県和歌山市毛見1514番地

#### 6. 参加資格

- 1) 2010年度レーザーラジアルクラス(女子)NT選手
- 2) 2010年レーザーラジアルクラス世界選手権代表選手
- 3) 2009年レーザーラジアルクラス全日本選手権、10位以内の選手
- 4) 上記以外の自己推薦選手

\* 全ての参加希望選手は自己推薦書兼参加申込書にて、参加意志の有無を **5月14日(金)**までにレーザークラス協会強化委員会宛に Email またはFAXで申込み、承認された選手のみ参加受付を行います。

#### 7. 参加艇数

レーザーラジアルクラス(男子、女子) 10艇

#### 8. 参加申込手続き方法・期日

**参加申込:2009年)5月14日(金)〆切**

自己推薦書兼参加申込書にて日本レーザークラス協会強化委員会宛に Email またはFAXで送付する。参加申込み締切り後、参加承認選手を決定、参加承認を得た選手は指定銀行へ参加料を振り込む

\* JSAF オリンピック特別委員会への参加申込手続きについては、日本レーザークラス協会が代行する

\* 送金先指定銀行については参加承認通知に併せて通知する

Email : [ilcajpn-kyouka@cityfujisawa.ne.jp](mailto:ilcajpn-kyouka@cityfujisawa.ne.jp) FAX : 0467-76-1052

\*参加者が未成年(18歳未満)の場合、親権者の署名、捺印の上、FAXした上で原書を郵送願います

送付先:〒252-1114 神奈川県綾瀬市上土棚南3-13-31

日本レーザークラス協会 強化委員会 奥津宛

## 9. 合宿参加費

2010年度レーザーラジアルクラスNT(女子)・2010年アジア大会代表候補選手

15,000円(宿泊費、昼食代含む、宿泊予約は主催者にて実施)

ユース・一般参加選手 5,000円(宿泊費、昼食代含まず)

乳酸測定 5,000円(希望者のみ)

## 10. 交通費補助

2010年度レーザーラジアルクラス(女子)NT、2010年アジア大会代表候補選手に対しては、自宅から会場までのJR往復交通費の2/3を補助する。また遠方選手は航空機の利用を可とするが、その場合可能な限り割引運賃を利用すること、補助については、その運賃の2/3を補助する。利用航空会社または旅行代理店の領収書を提出すること。 \*参加申し込み時に届け出ること

## 11. コーチ

オリンピック特別委員会強化担当コーチ、クラス協会担当コーチ 他

## 12. スケジュール

日程	時間	内容	備考
6月 10日	09:00～	集合、受付 和歌山セーリングセンター	艇搬入、合宿準備
		艇搬入(各自)	練習説明
	13:00～17:30	体力測定と筋トレ実習	江口トレーナー(JSAF)
	18:30～ 20:00～	夕食 筋トレ講習	田村トレーナー(JISS)
2日目 以降	9:00～	集合、ミーティング	練習説明
	10:00～16:30	海上練習	基本動作練習、スピード練習、 ミニレース
	16:30～	トレーニング	
	18:30～	夕食	※練習内容からフィードバック
	20:00～	ミーティング 栄養講習、世界選手権準備講習、他	

9:00～	集合、ミーティング	まとめ
10:00～15:00	海上練習	フィードバック
15:30～	片付け	
17:00	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 HPに記載の2009年度版JSAF保険制度の2 スポーツ安全保険を推奨する

### 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、またはこの合宿に関わる運営役員、ボランティアは、参加者の合宿前、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) 交通費補助金額算出のため、自己推薦書兼参加申込書に自宅最寄り駅を記入のこと  
合宿参加時に印鑑を持参のこと
- 2) 健康保険証を持参のこと
- 3) トレーニングウェア&シューズ、ストレッチマットを持参のこと
- 4) ヨットハーバー搬入費用とチャーター艇については、各自で和歌山セーリングセンターに連絡し、費用を支払うこと (搬入料800円/日、NT選手は無料。)  
チャーターボート希望者は飯島まで。 kigata\_ijjima@yahoo.co.jp

### 16. 宿泊先

**紀三井寺ガーデンホテルはやし**

\*ユース・一般参加選手が宿泊希望の場合、参加申込書に記載のこと

### 17. 問合せ先

佐々木 共之(日本レーザークラス協会強化委員長)

飯島 洋一(日本レーザークラス協会強化委員)

斉藤 愛子(日本レーザークラス協会強化委員)

Email : ilcajpn-kyouka@cityfujisawa.ne.jp

以上