

平成 27 年度
長野県ショートトラックスピードスケート 第7次強化合宿
要 項

平成 27 年 10 月 31 日

1. 主催

長野県スケート連盟（以下「本連盟」という。）

2. 実施場所

帝産アイススケートトレーニングセンター
〒384-1305 長野県南佐久郡南牧村野辺山 1003 TEL : 0267-98-2861

3. 宿泊場所

同上

4. 指導者

本連盟コーチ団委員、嵯峨野 淳（トレーナー）

5. 日程

11月20日(金)

17:00 野辺山集合（チェックイン）
17:00 - 17:45 陸上練習
17:45 - 20:15 氷上練習
20:30 夕食（お弁当）

11月21日(土)

7:00 - 10:00 氷上練習
10:15 - 11:30 陸上練習（体幹トレーニング）
14:00 - 17:00 氷上練習
17:15 - 18:30 陸上練習（体幹トレーニング）

11月22日(日)

8:45 - 10:30 陸上練習（体幹トレーニング）
10:30 - 12:30 氷上練習
13:00 解散予定（昼食はありませんのでご注意ください）

6. 参加対象者

本年度本連盟ショートトラックスピードスケート強化選手に指定された者

7. 持ち物

陸上・氷上トレーニング用具一式、体育館シューズ、保険証(写し可)、**印鑑(忘れないこと)**

8. 参加申込

所定の参加申込書に記入のうえ、期日までに申し込むこと。

(1) 申込締切日 平成27年11月13日(金) 必着

(2) 申込先 〒394-0055 岡谷市字内山 4769-14

岡谷市やまびこ国際スケートセンター内 長野県スケート連盟事務局

TEL : 0266-24-3110 FAX : 0266-24-3113 E-mail : nsf-office@skating-nagano.com

(3) 参加料 **※不要**

※全日程参加を原則とするが、やむを得ない事情により全日程に参加できない者は、申込書にその理由を明記すること。

(4) 中学生にあつては、参加承諾書を合宿初日に持参提出すること。

9. その他

(1) 本合宿中（5. の全日程中）の事故等については応急処置のみとし責任は負わない。

(2) 参加者はスポーツ傷害保険等に必ず加入していること。

(3) **交通費を往復支給する**

平成27年 月 日

長野県スケート連盟会長 殿

所属名

親権者氏名

印

平成27年度長野県スケート連盟強化合宿参加承諾書

(氏名) _____ が、

第7次 平成27年11月20日(金) - 11月22日(日) 2泊3日

上記日程で実施される、長野県スケート連盟ショートトラックスピードスケート強化合宿に参加することを、親権者として承諾します。

※ 本承諾書は、開講式までに提出すること。