

平成 28 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 28 年 8 月 17 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

帝産ロッヂ
〒384-1305 長野県南佐久郡南牧村野辺山 1003 TEL:0267-98-2861

4. 指導者

本連盟コーチ団委員

5. 日程

8月19日(金)		8月20日(土)		8月21日(日)	
5:00	集合	7:30	朝食	7:30	朝食
5:30-7:00	氷上練習	9:00-11:00	陸上練習	8:00-11:00	陸上練習
8:00	朝食	12:00	昼食	11:30	昼食
15:30-17:30	陸上練習	15:30-18:00	陸上練習	14:45-16:45	氷上練習
18:00-19:00	氷上練習	18:30	夕食	17:15-18:30	陸上練習
19:30	夕食				解散

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特別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28年8月18日(木) 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

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) 交通費を支給する