

平成 29 年度
長野県ショートトラックスピードスケート 第 2 次強化合宿
要 項

平成 29 年 6 月 26 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

5. 日程

| | | | |
|---------------|---------------|---------------|------------|
| 7月14日(金) | | 7月16日(日) | |
| 16:30 | 野辺山集合(チェックイン) | 5:30 - 6:30 | 氷上練習 |
| 16:40 - 17:30 | 陸上練習 | 10:45 - 12:45 | 陸上練習(w-up) |
| 17:30 - 19:15 | 氷上練習 | 12:45 - 13:45 | 氷上練習 |
| | | 14:00 | 解散 |
| 7月15日(土) | | | |
| 5:45 - 7:15 | 氷上練習 | | |
| 9:00 - 10:30 | 栄養講義 | | |
| 12:30 - 14:15 | 氷上練習 | | |
| 14:30 - 16:30 | 陸上練習 | | |

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28年7月10日(月) 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 **※ 1名 9,000円 (合宿初日に徴収)**

※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。その場合、1泊 4,500円×泊数とする。

※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。

(5) **合宿初日に保険料を徴収する。(高校生 1,800円、中学生 800円)**

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

平成29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29年度長野県スケート連盟強化合宿参加承諾書

(氏名) _____ が、

第2次 平成29年7月14日(金) - 7月16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。