

**平成30年度
長野県スピードスケート 第1次国体強化合宿
要 項**

2018/09/03
2018/09/04 訂正

1. 主催 長野県スケート連盟(以下「本連盟」という。)
2. 期日 平成30年10月 5日(金)ー10月15日(月) 10泊11日
3. 場所 エムウェーブ
長野市北長池195 TEL:026-221-5174
4. 宿泊場所 旅館 大橋
長野市川合新田749 TEL:026-221-2169
5. 指導者 本連盟スピード委員会コーチ団
6. 集合時間・場所 10月 5日(金) エムウェーブ *17:20滑走開始(練習時間～19:20)
7. 参加対象者 本年度本連盟スピードスケート高校国体強化選手に指定された者。
8. 持ち物 トレーニング用具一式 保険証(コピー可) 印鑑(忘れないこと) 日本スケート連盟登録証
9. 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30年 9月 26日(水) 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 45,000円 (合宿初日に徴収)
※全日程参加を原則とするが、やむを得ない事由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。(学校登校など)この場合の参加料は、1泊4,500円×泊数とする。
(4) 保険料 1名 1,800円 (今年度のスポーツ保険加入料)
10. その他
(1) 本合宿中の事故等については**応急処置のみとする**。
(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) 交通費を半額支給する。
(4) 練習場所への移動手段として、指導者等が所有する車両を使用する。

【氷上練習時間】

6 (土)	6:30～8:40	/	15:50～18:00	タイムトライアル参加者別日程
7 (日)	6:30～8:30	/	午後なし	
8 (月)	6:30～8:30	/	19:00～21:00	
9 (火)	6:30～8:30	/	13:40～15:50	
10 (水)	6:30～8:30	/	13:40～15:50	休養日は指導者で検討し発表する
11 (木)	6:30～8:30	/	13:40～15:50	
12 (金)	6:30～8:30	/	13:40～15:50	
13 (土)	6:30～8:40	/	19:00～21:00	
14 (日)	6:30～8:30	/	19:00～20:50	
15 (月)	6:30～8:40		朝食後解散 (10時頃を予定)	