

**平成 30 年度
長野県ショートトラック第3次国体強化合宿
要 項**

平成 30 年 6 月 19 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

株式会社 やまびこスケートの森 アイスアリーナ
〒394-0055 長野県岡谷市字内山 4769-14 TEL : 0266-24-2494

861

3. 宿泊場所

合宿研修旅館 陽だまりの家
〒399-0721 長野県塩尻市金井 811 TEL: 0263-88-2839

4. 指導者

本連盟コーチ団委員

5. 日程

8月10日(金)		8月11-14日(土-火)	
		4:30	朝食
		6:00 - 8:30	氷上練習(ドリル+長距離)
		11:30	昼食
13:00	宿舎集合(チェックイン)	12:00 - 13:00	学習
13:15	昼食・開講式	16:00 - 18:30	氷上練習(リレー)
15:30 - 18:00	氷上練習	19:30	夕食
19:00	夕食	21:00	消灯
20:00-20:45	学習		
21:00	消灯		

8月15日(水)

4:30	氷上練習
6:00 - 8:30	朝食
6:00 - 8:00	氷上練習
9:30	解散

6. 参加対象者

本年度本連盟ショートトラック国体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30年7月23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 22,500 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。

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30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30年度長野県スケート連盟強化合宿参加承諾書

(氏名) _____ が、

第3次 平成30年8月10日(金) - 8月15日(水) 5泊6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。