

**平成 24 年度
長野県ショートトラックスピードスケート 第 3 次強化合宿
要 項**

平成 24 年 6 月 25 日

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 24 年 7 月 13 日(金)－7 月 16 日(月)

3. 場所

岡谷やまびこスケートの森アイスアリーナ
岡谷市字内山 4769-14 TEL : 0266-24-2494

4. 宿泊場所

やまびこスケートの森アイスアリーナ施設内 コテージ
岡谷市字内山 4769-14 TEL : 0266-24-2494

5. 指導者

本連盟コーチ団委員（飯塚容子、小沢幸、伴野清貴、清水勇介）

6. 日程

<u>7月13日(金)</u>		<u>7月14日(土)</u>		<u>7月15日(日)</u>	
18:00	集合	7:30-9:00	氷上練習	6:00-7:20	陸上練習
18:15	開講式	9:30	朝食	7:30	朝食
18:45-21:15	氷上練習	13:00	昼食	10:00-11:30	氷上練習
21:30	夕食 (弁当配布)	15:15-16:45	氷上練習	12:00	昼食
23:00	消灯	17:00-18:30	陸上練習	14:30-16:30	陸上練習
		19:00	夕食	17:45	夕食
		22:00	消灯	19:30-21:00	氷上練習
				23:00	消灯

7月16日(月)

6:35	体操
6:45	朝食
8:45-10:15	氷上練習
10:30-11:30	陸上練習
12:00	昼食
13:00	閉講式
13:15	解散

7. 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

8. 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)**

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 24 年 7 月 9 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 13,500円 (合宿初日に徴収)

※スポーツ保険料(年間対応)を未納の方は中学生800円、高校生1800円を持参下さい。

※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。この場合の参加料は、1泊4,500円×泊数とする。

(4) 中学生が参加する場合は、参加承諾書を合宿初日に持参提出すること。

10. その他

(1) 本合宿中(6.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24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24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24年7月13日(金) - 7月16日(月) 3泊4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、開講式で提出すること。