

2018 中国ブロック夏季ジュニア・U23 強化キャンプ開催要項

このキャンプでは今年、来年の大会に向けて、中国地区の選手たちが集い、選手としての高い意識を共有し、競技を楽しみながら競技力、精神力の向上を図ることを目的とする。

- 1、目的：競技力、精神力の向上と人としての成長を目指しながら地域の活性化に寄与する
また競技性の高いトライアスロン合宿の可能性を併せて探る
- 2、開催期間：平成 30 年 8 月 5 日（日）～8 月 9 日（水）4 泊 5 日
- 3、宿泊場所：奥出雲町サイクリングターミナル
〒699-1324 島根県仁多郡奥出雲町三成 5 5 8 番地 6
電話 0854-54-2100
- 4、主催主管：JTU 中国ブロック協議会
- 5、後援（予定）：島根県トライアスロン協会、雲南市、奥出雲町
- 6、協力（予定）：NPO さくらおろち
- 7、対象選手：平成 30 年 4 月現在、中学・高校生、中国地区国体候補選手又は 23 歳以下で向上心のある選手
定員 25 名
- 8、参加費（予定）：ジュニア 28,000 円 U23・国体候補選手 30,000 円 4 泊 5 日（宿泊、食事、補食、国内旅行保険、施設使用料等）※大会等で遅れて参加の場合も参加費は同額となります
(1、2 泊のみの選手は応相談)
※国体候補選手（初日から参加のこと）を除き全日程参加者を優先します
- 9、集合場所：奥出雲町サイクリングターミナル **9：30 集合**
※JR 木次線「出雲三成」から車で 1 分
- 10、練習場所：スイム：奥出雲町三成運動公園 25m 屋外プール又は雲南市木次町平田旧温泉小学校
25m 屋外プールあるいはさくらおろち湖湖面でのオープンウォーター（予定）
バイク：さくらおろち湖自転車競技コース及び周辺（雲南市、奥出雲町）
ラン：三成運動公園陸上競技場 400m トラック及び宿泊施設付近
- 11、指導者：小原 工（JTU U15 リーダー・中国ブロック強化担当・日スポ協トライアスロン指導員）
母里 充（ITU 公認コーチ・日スポ協トライアスロン指導員・JTU 指導者養成委員）
小原千絵（日スポ協トライアスロン指導員・JTU 中級指導者）
長崎隼太（日スポ協トライアスロン指導員・JTU 中級指導者・メカニック）
- 12、日 程（調整中）
 - 8 / 5（日）
 - 9：30 奥出雲町サイクリングターミナル（各自保護者、各県関係者等送迎）
 - 9：40 全体ミーティング
 - 10：00 基礎トレーニング 集団走（さくらおろち湖周辺）
 - 13：00 昼食
 - 15：45 移動
 - 16：00 ラン（三成運動公園陸上競技場）
 - 17：00 スイム（三成運動公園プール）
 - 18：30 夕食
 - 20：00 全体ミーティング
 - 21：30 就寝
 - 8 / 6（月）
 - 5：30 起床（軽食）
 - 5：45 プールへ移動
 - 6：00 スイム（三成運動公園プール）
 - 7：30 スイム終了
 - 8：00 朝食
 - 9：50 バイク（さくらおろち湖周辺）
 - 13：00 昼食

16:00 ラン (三成運動公園陸上競技場)
18:00 夕食
19:00 全体ミーティング
21:30 就寝

8/7 (火) 5:30 起床 (軽食)
5:45 プールへ移動
6:00 スイム (三成運動公園プール)
7:30 スイム終了
8:00 朝食
9:50 バイク、デュアスロンセット (ボート競技施設周辺)
13:30 昼食
16:30 ラン (三成運動公園陸上競技場)
18:00 夕食
19:00 全体ミーティング
21:30 就寝

8/8 (水) 5:30 起床 (軽食)
6:00 スイム (さくらおろち湖での OWS 又は三成運動公園プール)
8:30 朝食
9:50 バイク (さくらおろち湖周辺)
13:00 昼食
16:00 ラン (三成運動公園陸上競技場)
18:00 夕食
19:00 全体ミーティング
21:30 就寝

8/9 (木) 5:30 起床 (軽食)
5:45 プールへ移動
6:00 スイム、アクアスロンセット
8:30 朝食
9:00 掃除、チェックアウト
10:00 バイクヒルリピート
12:00 終了
12:30 昼食
13:30 全体ミーティング解散

13、申込方法 参加希望の方は、申込書に必要事項をご記入の上、7月30日(月)までに、以下の住所まで郵送又はメール、faxにてお申し込みください。
参加費は初日集合時に徴収いたします。

お申込み・問合せ先 鳥取県トライアスロン協会

〒683-0002 鳥取県米子市皆生新田 3-24-14

TEL&Fax 0859-21-1445

E-mail tchey-obara@hotmail.co.jp & mori@morinoc.com

担当責任者 小原 工 宛 連絡先 090-9501-0091 team_efforts2009@docomo.ne.jp