

2018年3月12日
日本レーザークラス協会
強化委員会

「平成30年度レーザークリニック開催予定について」

すでにレーザーニュースにおいてもお知らせしていますように、新年度から国内5拠点において、レーザー各クラスのクリニックを開催し、レーザークラスの普及と情報提供をおこなって参ります。ジュニアユースセーラーに限らずクラス協会メンバーの皆さんのレベルアップのお手伝いできればと考えております。

多くのセーラーのご参加をお待ちしております。

*各水域での開催公示については協会順次 HP に掲載しお知らせしてまいります。

	開催地域	開催期日	開催場所	公示掲載場所 / 申込先 担当コーチ
1	関東	4月28日 -30日	江の島ヨット ハーバー	レーザークラス協会 HP / クラス協会 佐々木共之、廣瀬一貴、他スタッフ
2	東北	7月15日 -16日	猪苗代湖 志田浜	レーザークラス協会 HP / クラス協会 佐々木共之、廣瀬一貴
3	北信越	8月4日 -5日	福井県大飯郡高 浜町和田 和田マリーナ	レーザークラス協会 HP / クラス協会 佐々木共之、永井久規
4	中部	9月1日 -2日	津市津ヨット ハーバー	レーザークラス協会 HP / クラス協会 永井久規、廣瀬一貴
5	九州	1月	鹿児島市平川 ヨットハーバー	レーザークラス協会 HP / クラス 榮楽洋光、高橋昌威

スポーツクジ



2018年3月12日

レーザークリニック（江ノ島）開催公示

今年度も国内5拠点でスポーツ振興基金の助成を受け、レーザークラスのクリニックを開催します。第1回目となる江の島クリニックはラジアル、レーザー4.7クラスの技術・レース戦術等の向上と唐津 JOC 大会を想定したスタート、レース練習を行ないます。

多くのセーラーの参加をお待ちしています！

1. 主催 日本レーザークラス協会
2. 開催時期 2018年4月28日(土)～4月30日(月) 3日間
3. 開催会場 神奈川県藤沢市 江ノ島ヨットハーバー
4. 練習内容 1)海上トレーニング
2)陸上トレーニング(コンディショニング)
5. 参加資格 2018年日本レーザークラス協会会員
6. 対象種目 レーザー4.7クラス、レーザーラジアルクラス
7. 募集人員 各クラス10名程度（※応募多数の場合は2018年ユース世界選手権選考ランキング、2017-2018年度クラス別ランキング等により参加承認を行なう）
8. 参加費 2,000円/1日（※参加費は練習会当日に徴収します）
9. 参加申込手続き方法・期日
参加申込:2018年4月22日(日)〆切
参加申込先:日本レーザークラス協会強化委員会 奥津
E-mail : ilcajpn-kyouka[at]cityfujisawa.ne.jp
*[at]を@に変更し送信願います。
10. コーチ・スタッフ
佐々木共之、廣瀬一貴、他強化委員会スタッフ

11. スケジュール

日程	時間	内容	備考
4月28日	8:30～ 9:30	集合、ミーティング、練習会準備、	練習内容説明等 昼食は陸上
	10:00～12:00	海上練習	
	12:15～13:00	昼食	
	13:00～13:15	ミーティング	
	13:30～16:00	海上練習/練習レース	
	16:30～17:15	クーリングダウン、ストレッチ	
	17:15～18:00	ミーティング	
4月29日	9:00～	集合、ミーティング	練習内容説明
	9:45～12:00	海上練習	
	12:15～13:00	昼食	
	13:00～13:15	ミーティング	
	13:30～16:00	海上練習/練習レース	
	16:30～17:15	クーリングダウン、ストレッチ	
	17:15～18:00	ミーティング	
4月30日	8:30～	集合、ミーティング	練習内容説明
	9:30～12:00	海上練習	
	12:15～13:00	昼食	
	13:00～13:15	ミーティング	
	13:30～15:00	海上練習/練習レース	
	16:00～16:30	クーリングダウン、ストレッチ	
	16:45～17:45	ミーティング	
		解散	

(注) *スケジュールに関しては変更することがあります。

12. 保険

参加選手は任意の傷害保険、賠償保険(対物 500 万円以上、対人 3,000 万円以上)に加入のこと。

13. 責任

参加者は、自己の責任において、この合宿に参加するものとする。主催団体、またはこの合宿に関わる運営役員、ボランティアは、参加者の合宿前、合宿中、合宿後の死亡、怪我、病気またはその他の物質的な損害についての責任を負わない。

14. その他

- 1) 健康保険証を持参のこと。
- 2) トレーニングウェア&シューズを持参のこと。
- 3) 筆記具を持参すること
- 4) 昼食（含む捕食バナナ、栄養ゼリー、水分）は各自持参のこと。

15. 問い合わせ先

日本レーザークラス協会強化委員会 奥津

E-mail : [ilcajpn-kyouka\[at\]cityfujisawa.ne.jp](mailto:ilcajpn-kyouka[at]cityfujisawa.ne.jp)

以上



私たちはスポーツ振興くじ
助成を受けています。