

2018年5月9日

## レーザークリニック（福井）開催公示

北信越水域でレーザークリニックを開催します。和田マリーナにおいてスタンダードクラス、ラジアルクラス、セーラーの技術・レース戦術等の向上を目的に練習を行ないます。

今年の国体会場であり、きれいな若狭和田の海で練習、レースを行う予定をしております。  
多くのレーザー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8月4日(土)～8月5日(日) 2日間
3. 開催会場 若狭和田マリーナ
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7月20日(金)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  
強化委員会:佐々木共之、永井久規

## 11. スケジュール

日程	時間	内容	備考
8月4日	8:00～ 9:00	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	
8月5日	8:00～	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

## 宿泊先等の地元情報

1. 宿泊先問い合わせ先: 若狭高浜観光協会 (須藤まで)

TEL 0770-72-0338

海水浴シーズンであるため、お早めに 連絡お願い致します。

2. 和田マリーナ使用時間 8:00~18:00 時間厳守でお願い致します。

3. 車中泊は、シーサイド高浜(道の駅)でお願い致します。

若狭和田マリーナから約2km、銭湯あります。テントは禁止となります。