

「2019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、4月から国内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HPに掲載し、お知らせしてまいります。

	開催地域	開催期日	対象クラス	開催場所	公示掲載場所 / 申込先 担当コーチ
1	関東	4月13日 -14日	RD 4.7	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 強化委員会コーチ、他スタッフ
2	東北	7月14日 -15日	STD RD	猪苗代湖 志田浜	レーザークラス協会HP / クラス協会 強化委員会コーチ、他スタッフ
3	中部	8月31日 -9月1日	STD RD	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 強化委員会コーチ、他スタッフ
4	開催地 募集中	10月以降			レーザークラス協会HP / クラス協会 強化委員会コーチ、他スタッフ
5	関東	12月21日 -23日	RD 4.7	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 強化委員会コーチ、他スタッフ
6	九州	1月11日 -	RD 4.7	鹿児島市平川 ヨットハーバー	レーザークラス協会HP / クラス協会 強化委員会コーチ、他スタッフ

2019年2月20日

レーザークリニック（江ノ島）開催公示

4月から国内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選考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 2019年4月13日(土)～4月14日(日) 2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 2019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15名程度（※応募多数の場合は2018-2019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6日(土)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
強化委員会コーチ、他スタッフ

11. 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。

12. 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。

13. 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。

14. スケジュール

日程	時間	内容	備考
4月13日	8:30～9:30	集合、ミーティング、練習会準備、	2階メモリアルルーム 昼食は陸上 2階メモリアルルーム
	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14日	8:30～	集合、ミーティング	2階メモリアルルーム 練習内容説明 2階メモリアルルーム
	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。

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