

2017年3月7日
日本レーザークラス協会
強化委員会

「平成29年度レーザークリニック開催予定について」

すでに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、ラジアルクラスおよび4.7クラスのクリニックを開催し、両クラスの普及と情報提供を行って参ります。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	開催場所	公示掲載場所 / 申込先
1	関東	4月29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
2	東北	7月7日 -8日	松島ヨット ハーバー	: :
3	中 四国	8月下旬	広島市 観音 マリーナ	: :
4	中部	9月2日 -3日	津市 津ヨット ハーバー	: :
5	九州	1月6日 -7日	鹿児島市平川 ヨットハーバー	: :

2017年3月7日

レーザークリニック（江ノ島）開催公示

新年度4月から国内5拠点でスポーツ振興基金の助成を受けた、レーザー4.7クラス、ラジアルクラスのクリニックを開催します。両クラスの技術・レース戦術等の向上と大会を想定したスタート・レース練習も行ないます。レーザークリニックでは参加者枠を拡大し、ジュニア・ユースセーラーに加え一般セーラーとともにレベルアップをしていきます。多くの一般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 2017年4月29日(土)～4月30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 2017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2017年ユース世界選手権選考
ランキング、2016-2017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 1,500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:2017年4月21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・スタッフ
レーザークラス協会強化委員会スタッフ
*セーリングパートナーを招聘

11. スケジュール

日程	時間	内容	備考
4月29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	
	12:15～12:50	昼食	
	12:55～13:15	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	
	12:15～12:50	昼食	
	12:55～13:15	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・まとめ	
	18:00	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