



JOA 強化合宿(2026 年 4 月)のご案内(Bulletin 1)

2026.02.22 版

主催：公益社団法人 日本オリエンテーリング協会 強化委員会

共催：静岡県オリエンテーリング協会

1. 開催期日

2026 年 4 月 4 日(土) ~ 5 日(日)

2. 場所:静岡県富士市・富士宮市

- ・集合：4 月 4 日(土)10:30 頃 富士市周辺(詳細は Bulletin2 にて指定)
- ・交通：交通が不便ですので、可能な限り自家用車での参加、同乗を歓迎します。交通手段を確保できない中高生選手には、運営者による交通斡旋を行う予定です。
- ・宿泊：静岡県富士宮市 静岡県立朝霧野外活動センター
- ・解散：4 月 5 日(日)15:00 頃 (予定)

3.内容

(1) 対象

フット O フォレスト・スプリント強化選手、U18-20 強化選手、アドバンス選手、一般参加者。コーチがいる選手はコーチの参加を推奨します。ジュニア・ユースは保護者や引率者の同行が望ましいです。**両日とも練習後の撤収の協力をお願いします。**

(2) 目的・メニュー概要

今回の合宿は、目的別に 2 つのグループに分けて実施する。申込時にグループを選択すること。但し、一般参加者は、「WUOC2026、JWOC2026 および AsJYOC 出場を目指す選手」グループにのみ参加できます。

□グループ 1(WUOC2026、JWOC2026 および AsJYOC 出場を目指す選手/略称「選考会」)

基礎技術の確認と実践的な練習

(メニュー案)

1 日目:基礎練習(直進・地形・サーキット等)、マップコンタクト(テレインジョグ)、ミドル実践練習+シャドウイング

2 日目:朝霧スプリント(朝練)+ミドル実践練習+反省

※選考会に向けた最終調整であり、トレーニング量は 8 割程度、怪我防止にも留意

※朝霧スプリント練習は宿泊者のみ

□グループ 2(WOC2027 を目指す選手/略称「海外遠征」)

フィジカル強化

(メニュー案)

1 日目:ミドル練習、マップコンタクト、ファルトレック

2 日目:朝霧スプリント(朝練)+ロング(世界基準距離)

※メニューは強化選手の要望を踏まえ柔軟に対応する

※朝霧スプリントは宿泊者のみ

(3) 使用トレイン(予定): **1日目 鳥追窪、2日目 村山口登山道**

4.費用

・全日参加(1泊2食付きパッケージ)

トレーニング費用:

フットO強化・代表選手 11,000円 アドバンス登録選手 13,000円

一般参加者 15,000円

・単日参加費用:

トレーニング費用+合宿準備・運営費用(1日あたり):

フットO強化・代表選手 3,000円 アドバンス登録選手 4,000円

一般参加選手 5,000円

計時デバイス※費用 400円

JSPPO 公認コーチ資格保有の方(コーチ 1・コーチ 2)は、トレーニング費用無料で宿泊費5,000円のみとなります。ご自身の練習に加えて選手へのコーチングをお願いする場合があります。

※宿泊者はミーティング時に集めます。日帰り参加の方は練習前の受付時に集めます。お釣りがないようにご準備ください。

※計時デバイス:EMITシステム(予定)

※昼食や補食、飲み物類は各自で用意してください。

※宿泊は、強化選手、アドバンス登録選手、一般選手の順に優先となります。食物アレルギーがある場合はあらかじめご連絡ください。宿泊定員を超えた場合は、各自で宿舎、交通を手配いただくことで合宿参加可能です。

5.申込み

Japan-O-Entry から申し込むこと。申込み締め切りは **3月16日(月)**

<https://japan-o-entry.com/event/view/2287>

6.問合せ

メールアドレス kyouka@orienteer.jp までお願いします。

合宿責任者:寺嶋一樹(JOA 強化スタッフ)

7.新型コロナウイルス・インフルエンザ等感染防御について

参加に際して、37.5 度以上の発熱がある方、咳、のどの痛みなどの症状があるかたなどは参加をご遠慮願います。

8.その他

- ・合宿の約 1 週間前にプログラムを公開予定です。
- ・万一の怪我等に備えて、健康保険証を持参ください。応急処置は致しますが、アウトドアスポーツでもあり怪我のリスクはありますので、各自の責任でご参加下さい。なお本合宿には、スポーツ傷害保険が付保されますが、補償には限度があります。
- ・周辺医療機関：富士宮市救急医療センター(富士宮市宮原12-1) センターより車で約30分
・診療科目…内科・小児科・外科
・診療時間…平日・19:00～翌日 8:00、土 14:00～月 8:00
・電話…0544-24-9999
- ・合宿期間中の写真、映像、記事、記録などの肖像権・掲載権はすべて主催者に属します。練習等の様子の写真・映像を撮影し、HP や SNS 等へ発信する場合があります。ご了承下さい。
- ・主催者は大会中の紛失、盗難、事故などについて一切の責任を負いません。貴重品の管理は各自でお願いします。また、参加者が自己または第三者に与えた損害に対し、主催者は一切責任を負いません。

9.開催判断

荒天、災害発生、感染症拡大等で安全を確保できない場合及び主催者都合で開催できなくなった場合は中止します。その場合、宿泊キャンセル・食事キャンセル・既に印刷済みの地図など、合理的な経費についてはご負担いただくことをご了承下さい。